

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
DISKUSI DALAM MENINGKATKAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK
DI SMP NEGERI 19 BANDAR LAMPUNG
TAHUN AJARAN 2018/2019**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Ilmu Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Oleh :
ROHAYANI
NPM. 1411080254

Jurusan : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1440 H / 2018 M**

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
DISKUSI DALAM MENINGKATKAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK
DI SMP NEGERI 19 BANDAR LAMPUNG
TAHUN AJARAN 2018/2019**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



Oleh
ROHAYANI
NPM. 1411080254

Jurusan: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Pembimbing I : Drs. Yahya AD., M.Pd
Pembimbing II : Dr. Oki Dermawan, M.Pd

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1440 H / 2018 M**

ABSTRAK

PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK DISKUSI DALAM MENINGKATKAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK DI DI SMP NEGERI 19 BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2018/2019

**Oleh
ROHAYANI**

Masalah dalam penelitian ini adalah kurang percaya diri. Permasalahan penulis ini adalah apakah layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi berpengaruh dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik". Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah konseling kelompok dengan teknik diskusi berpengaruh meningkatkan percaya diri peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 19 Bandar Lampung tahun ajaran 2017/2018.

Metode yang di gunakan dalam penelitian ini adalah metode pre test dengan *desain one group pretest-posttest* , populasi penelitian ini adalah kelas VIII SMP Negeri 19 Bandar Lampung yang memiliki tingkat percaya diri rendah. Pemilihan sampel dilakukan melalui penyebaran angket kepercayaan diri yang telah di uji validitas. Terdapat 16 peserta didik yang memiliki kategori percaya diri rendah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan percaya diri pada siswa setelah di berikan layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi hal ini di tunjukkan dari hasil uji-T menggunakan paired sampel *t test* menghasilkan $t_{hitung} - 4.397$, Mean -7.533 , kemudian T_{hitung} di bandingkan dengan T_{tabel} dengan ketentuan $T_{hitung} > T_{tabel}$ ($-4.397 > 0.361$), dengan demikian percaya diri peserta didik kelas VIII C di SMP negeri 19 Bandar Lampung mengalami perubahan setelah di berikan konseling kelompok dengan teknik Diskusi. Dan $sig\ 0.00 < 0.05$, dengan taraf kepercayaan 95% data signifikan sehingga dapat di simpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik diskusi berpengaruh untuk meningkatkan percaya diri peserta didik kelas VIII Di Smp Negeri 19 Bandar Lampung.

Kata Kunci: Teknik Diskusi, Percaya Diri



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN-INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGUARUAN

Alamat: Jalan Letkol H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131, Telp. (0721) 703260

PERSETUJUAN

**Judul Skripsi : PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK
DENGAN TEKNIK DISKUSI DALAM MENINGKATKAN
PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK DI SMP NEGERI 19
BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2018/2019.**

Nama : Rohayani
NPM : 1411080254
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

Untuk di munaqasyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqasyah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Drs. Yahya AD., M.Pd
NIP.19590902019870031003

Pembimbing II

Dr. Oki Dermawan. M.Pd
NIP. 197604272007011015

Mengetahui,

Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Andi Thahir, S.Psi., M.A., Ed.D
NIP. 197604272007011015



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGUARAN

Alamat: Jalan Letkol H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131, Telp. (0721) 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: **PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK DISKUSI DALAM MENINGKATKAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK DI SMP NEGERI 19 BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2018/2019**, disusun oleh **ROHAYANI, NPM: 1411080254**, Jurusan: **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas: Tarbiyah dan Keguruan**, telah dimunaqosyahkan pada hari Selasa, tanggal 16 Oktober 2018.

TIM MUNAQOSYAH

Ketua : Dr. Rubhan Masykur, M.Pd

Sekretaris : Hardiyansyah Masya, M.Pd

Penguji I : Dr. Laila Maharani, M.Pd

Penguji Pendamping I : Drs. Yahya AD., M.Pd

Penguji Pendamping II : Dr. Oki Dermawan, M.Pd

(.....) 
(.....) 
(.....) 
(.....) 

Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan



Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd
NIP. 19560810 198703 1001

MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Artinya: *Dan jangan lah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula kamu bersedih hati, padahal kamu lah orang orang yang paling tinggi(derajatnya), jika kamu orang orang yang beriman(Q.S. Ali Imran: 139)*¹

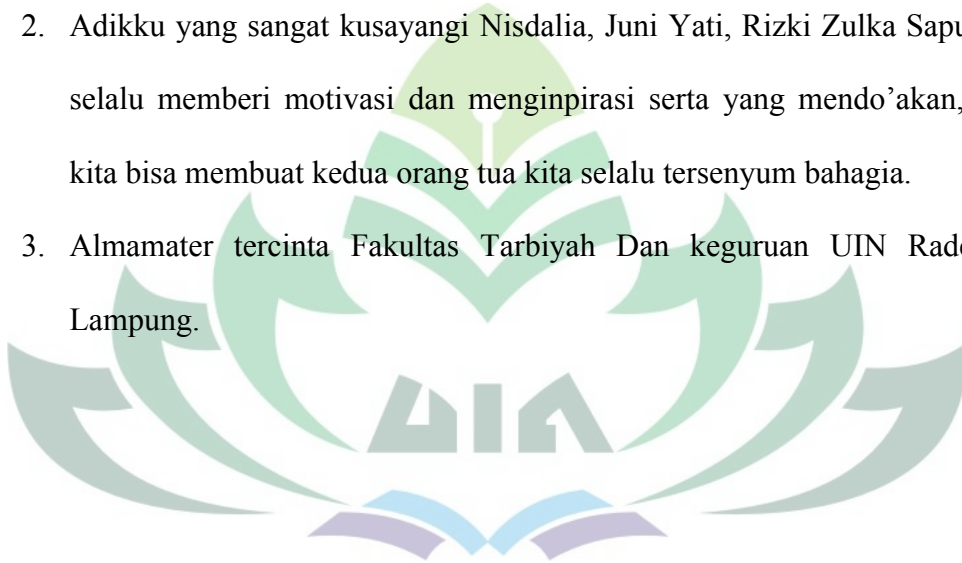


¹ Dapertemen Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemah, (Bandung : CV. Diponogoro), h. 67

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Rabbil'aalamin..ku tadahkan do'a dalam syukur yang tiada terkira, kupersembahkan skripsi ini kepada :

1. Teruntuk ayahku Mawardi dan Ibuku Siswati yang selalu mendoakan dan mendukungku dengan pengorbanan yang tak terhingga mengiringi hari-hariku dalam meraih kesuksesan, semoga dalam lindungan Allah SWT Amin.
2. Adikku yang sangat kusayangi Nisdalia, Juni Yati, Rizki Zulka Saputra yang selalu memberi motivasi dan menginspirasi serta yang mendo'akan, semoga kita bisa membuat kedua orang tua kita selalu tersenyum bahagia.
3. Almamater tercinta Fakultas Tarbiyah Dan keguruan UIN Raden Intan Lampung.



RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan pada tanggal 22 November 1996 di Desa Gunung-sugih, Kecamatan Batu-brak ,Kabupaten Lampung Barat, Provinsi Lampung. Peneliti adalah anak ke 1 dari 4 bersaudara dari pasangan Bapak Mawardi dan Ibu siswati.

penulis mengawali studi pendidikan di SD N 1 kegeringan pada tahun 2002 dan lulus pada tahun 2008, kemudian peneliti melanjutkan pendidikan menengah pertama di SMP N 1 batu-brak dan lulus pada tahun 2011, kemudian peneliti melanjutkan pendidikan di SMA N 1 liwa dan lulus pada tahun 2014.

Pada tahun 2014, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Institut Agama Islam Negri Raden Intan Lampung yang sekarang menjadi Universitas Islam Negri Raden Intan Lampung, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan dengan Program Studi Bimbingan dan Konseling, yang sekarang menjadi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam. Pada tahun 2017 peneliti melakukan kuliah kerja nyata (KKN) di Desa sukamuya Kecamatan Palas Kabupaten Lampung Selatan dan praktek mengalami lapangan (PPL) di SMP Negeri 19 Bandar Lampung. Selama menempuh jenjang perkuliahan peneliti pernah mengikuti UKM pramuka.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang dianantikan syafaatnya di yaumul akhir nanti.

Skripsi dengan judul **“Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi dalam meningkatkan percaya diri peserta didik di SMP Negeri 19 Bandar lampung”** adalah salah satu syarat untuk mendapat gelar sarjana pendidikan pada program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Dengan kerendahan hati disadari bahwa dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mengalami kesulitan dan hambatan namun berkat bantuan, bimbingan, dorongan serta motivasi dari berbagai pihak akhirnya penulisan skripsi ini dapat terselesaikan. maka pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Bapak Andi Thahir, M.A.,Ed. D selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling pendidikan islam.
3. Bapak Dr. Oki Dermawan, M.Pd. selaku Sekertaris Jurusan Bimbingan dan Konseling pendidikan islam
4. Bapak Drs, Yahya, M.Pd. selaku pembimbing I dan Bapak. Dr. Oki Dermawan, M.Pd selaku pembimbing II, terimakasih atas kesedian bapak meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan dan senantiasa sabar dan memberi masukan dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan kepada peneliti selama menuntut ilmu di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

6. Untuk sahabat-sahabat ku Yulis Nolinda, Rika Nosition, Edwar Chornelis, Albert Domersi, Ahmad Legowo, Widatul umami, Arum agustriana yang tak henti hentinya memotivasi dalam menyelesaikan skripsi..
7. Teman-teman Bimbingan konseling pendidikan islam UIN Raden intan lampung angkatan 2014 kelas D khususnya sahabat ku Nur Varida, Nia Eftika yang selalu memberikan semangat, dukungan, bantuan, kritik dan saran dalam menyelesaikan skripsi.
8. Dan tidak lupa teman-teman kelompok KKN kelompok 94 Yurli, Elisa, Eva, Fauzan, Indah, Vidia, Basri , Samsul, Bintang, Febri.

Semoga segala bimbingan dan bantuan serta perhatian yang telah diberikan mendapat balasan dari Allah SWT. Aamiin. Peneliti menyadari dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat peneliti harapkan dan akhir kata peneliti berharap semoga karya yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Bandar lampung, Oktober 2018
Penulis

Rohayani
1411080254

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	12
C. Batasan Masalah	13
D. Rumusan Masalah.....	13
E. Tujuan Penelitian dan Kegunaan Penelitian.....	13
F. Ruang Lingkup Penelitian.....	14
 BAB II LANDASAN TEORI	
A. Layanan Konseling Kelompok	15
1. Pengertian Layanan Konseling Kelompok	15
2. Tujuan Konseling Kelompok.....	16
3. Asas-asas konseling kelompok	17
4. Tahap Tahap Konseling Kelompok	18
5. Isi Layanan Konseling Kelompok	20

B. Teknik Diskusi	20
1. Pengertian Teknik Diskusi.....	20
2. Tujuan Diskusi Kelompok	21
3. Ciri-ciri Diskusi Kelompok Yang Efektif.....	22
4. Tahap Pelaksanaan Diskusi.....	23
C. Percaya Diri	24
1. Pengertian Percaya Diri.....	24
2. Karakteristik Individu Yang Percaya Diri Dan Kurang Percaya Diri	25
3. Teknik-teknik Untuk Meningkatkan Percaya Diri.....	26
4. Aspek-aspek Percaya Diri	27
5. Tingkat Kepercayaan Diri.....	28
6. Sebab-sebab Rendahnya Percaya Diri	29
7. Ciri-ciri Rendahnya Percaya Diri.....	29
8. Manfaat Percaya Diri	30
9. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Percaya Diri	30
10. gejala-gejala Tidak Percaya Diri Pada Remaja.....	31
D. Penelitian Yang Relevan.....	32
E. Kerangka Penelitian	34
F. Hipotesis	35

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	37
B. Desain Penelitian	37
C. Variabel Penelitian	38
D. Definisi Operasional	40
E. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	41
F. Teknik Pengumpulan Data.....	42
G. Instrumen Pengumpulan Data.....	45
H. Teknik Pengelolaan dan Analisis Data	48

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Sejarah SMP N 19 Bandar Lampung.....	50
B. Situasi dan Kondisi Sekolah	51
C. Hasil Penelitian	51
D. Persyaratan Uji Hipotesis.....	57
E. Uji Hipotesis	58
F. Pembahasan.....	61

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	65
B. Saran	66

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Percaya Diri Rendah Peserta Didik Kelas VIII C SMP Negeri 19 Bandar Lampung	8
2. Definisi Operasional	40
3. Skor Alternatif Jawaban	42
4. Kisi-kisi Pengembangan Instrumen Penelitian.....	45
5. Jadwal Pelaksanaan Konseling Kelompok Dengan Teknik Diskusi	52
6. Hasil Pre-Test dan Post-Test Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 19 Bandar Lampung	56
7. Hasil Uji One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	57
8. Hasil Uji Paired Samples Statistics.....	58
9. Hasil Uji Paired Samples Correlations	59
10. Hasil Paired Samples Test	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Penelitian	35
2. Pola Pre-Experimen Desigh One Grup Pretest-Posttest Desigh	38
3. Variabel Penelitian	40
4. Grafik Rata-Rata Peningkatan Percaya Diri	60



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri. Pada dasarnya, manusia berkembang dari masa prenatal, masa bayi, masa kanak-kanak, masa kanak-kanak awal, masa kanak-kanak tengah dan akhir, masa remaja, masa dewasa awal, masa dewasa tengah, dan masa dewasa akhir.

Remaja awal usia belasan merupakan individu yang masih labil dan berada dalam masa transisi antara meninggalkan masa kanak-kanak dan memasuki fase remaja dan sering mengalami peralihan dari satu tahap ke tahap berikutnya dan mengalami perubahan baik emosi, tubuh, minat, pola perilaku, kepercayaan diri, dan juga penuh dengan masalah-masalah yang berhubungan dengan diri sendiri, yang berhubungan dengan Tuhan dan lingkungan sosial.¹

Keyakinan individu terhadap dirinya, baik remaja maupun orang dewasa timbul karena mereka memiliki kepercayaan diri. Kepercayaan diri itu merupakan bagian dari perkembangan keperibadian seseorang sebagai penentu seseorang bersikap dan bertindak sebagai penentu keberhasilan mereka dalam belajar. Lauster mengungkapkan bahwa sifat percaya diri bukan merupakan sifat yang diturunkan (Bawaan) melainkan diperoleh dari pengalaman hidup, serta dapat di

¹ Hardiansyah masya, Rohyan, *penggunaan Konseling Kelompok dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VII Smp wiyata karya natar kabupaten lampung selatan*. Jurnal Bimbingan Konseling. Vol 3, No 2 (2016). p-ISSN 2089-9955, e-ISSN 2355-8539.

ajarkan dan di tanamkan melalui pendidikan sehingga upaya-upaya tertentu dapat dilakukan guna membentuk dan meningkatkan rasa percaya diri. Dengan berkembang melalui proses belajar di dalam lingkungannya.²

Jadi dalam dunia psikologi perkembangan peserta didik yang berumur 12-15 tahun merupakan masa remaja awal. Umumnya individu mulai berusaha mengembangkan diri sebagai individu yang unik, tidak tergantung pada orang tua dan fokus pada penerimaan diri terhadap bentuk dan kondisi fisik serta adanya konformitas yang kuat dengan teman sebaya.³

Konseling kelompok adalah suatu jenis aktivitas kelompok yang memberikan layanan konseling terhadap dua orang konseli atau lebih dengan bertujuan menangani suatu permasalahan menyesuaikan diri dan masalah-masalah perkembangan. Proses pemberian bantuan yang diberikan konselor (pemimpin kelompok) terhadap beberapa konseli (anggota kelompok) melalui suasana kelompok dengan tujuan membantu mereka baik yang bersifat pencegahan maupun pengetasan masalah yang dihadapi sehingga mereka dapat mengubah perilaku untuk mencapai perkembangan optimis dalam bidang kehidupan pribadi sosial, akademik, dan karir mereka.⁴

² Siska, Sudardjo & Esti Hayu purnama ningsih, *kepercayaan diri dan kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa*, Jurnal Psikologi 2003, No. 2, 67-71, ISSN : 0215-8884, h.68

³ Laila Maharani, Tika Ningsih, *layanan konseling kelompok teknik asertive training dalam menangani konsep diri negatif pada peserta didik*. Jurnal Bimbingan Konseling . p-ISSN 2089-9955, e-ISSN 2355-8539. H. 9

⁴ Endang Rahayuningdyah, *upaya meningkatkan kepercayaan diri melalui layanan konseling kelompok pada siswa kelas VIII D di Smp Negeri 3 Ngrambe*, Jurnal Bimbingan konseling. Vol 1 No 2. September 2016. ISSN: 2503-2542.

Kepercayaan diri merupakan hal yang sangat penting yang di miliki setiap individu, seperti di terangkan firman Allah dalam QS Al-Imran:139 dan Al- hujut 17 yaitu :

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٧﴾

Artinya: *Dan jangan lah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula kamu bersedih hati, padahal kamu lah orang orang yang paling tinggi(derajatnya), jika kamu orang orang yang beriman.*⁵

Alhujurat ayat 17

يَمُنُونَ عَلَيْكَ أَنْ أَسْلَمُوا فَلَا تَمْنُوا عَلَيَّ إِسْلَمَكُمْ بَلِ أَسَلُكُمْ عَلَى الْإِيمَانِ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ ١٧

Artinya: *Mereka merasa telah memberi nikmat kepadamu dengan keislaman mereka. Katakanlah: "Janganlah kamu merasa telah memberi nikmat kepadaku dengan keislamanmu, sebenarnya Allah, Dialah yang melimpahkan nikmat kepadamu dengan menunjuki kamu kepada keimanan jika kamu adalah orang-orang yang benar"*

Al-baqarah ayat 286

لَا يُكَلِّفُ أُنْفُسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِكْرَامًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ٢٨٦

Artinya: *Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa): "Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebaskan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebaskan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maaflah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir"*

⁵ Dapertemen Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemah, (Bandung : CV. Diponogoro), h. 67

Berdasarkan ayat di atas menjelaskan bahwa pentingnya membangun rasa percaya diri karena membangun percaya diri akan membentuk sikap yang baik. dan dengan adanya sikap percaya diri akan mendapatkan suatu keuntungan dan meraih cit-cita yang di inginkan.

percaya diri yang tinggi akan mengembangkan keperibadian yang kuat pada seseorang, mengurangi stress dan tidak mudah terpengaruh oleh situasi yang mengancam. Berbeda dengan individu dengan individu dengan self efficacy rendah yang akan cenderung dan tidak mau berusaha atau menyukai kerja sama dalam situasi yang sulit dan tingkat kompelsitas yang tinggi.

Setiap peserta didik memiliki percaya diri yang berbeda-beda, yang rasa percaya dirinya tinggi dan ada pula yang memiliki rasa percaya diri rendah. Sikap seseorang yang menunjukkan dirinya tidak percaya diri antara lain setiap berbuat sesuatu yang penting dan penuh tantangan sering dihadapi dengan sikap keraguan, tidak yakin, cemas, tidak punya inisiatif, cenderung menghindari, mudah patah semangat, tidak berani tampil di depan orang banyak. Rasa tidak percaya diri yang ada pada diri mereka akan selalu merasa tidak mampu dan takut berbuat salah. Ini membuat mereka tidak mengetahui kemampuan atau potensi apa yang mereka miliki dan akan semakin mengubur kemampuan atau potensi yang di miliki.⁶

Individu yang percaya diri akan memandang kelemahan sebagai hal yang wajar yang di miliki setiap individu, karena individu yang percaya diri akan

⁶ Muslihin, Pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap meningkatkan rasa percaya diri siswa, *Jurnal Ilmu pendidikan bimbingan dan konseling*. Vol. 2 No 1, Oktober 2014.

mengubah kelemahan yang di miliki menjadi motivasi untuk mengembangkan kelebihanannya dan tidak akan memberikan kelemahan tersebut.⁷

percaya diri merupakan kunci motivasi diri tidak dapat menjalani hidup dengan baik tanpa kepercayaan diri. Setiap individu akan membutuhkan kepercayaan diri setiap harinya dalam berbagai hal, termasuk siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar di sekolah. Tingkat kepercayaan diri yang baik memudahkan pengambilan keputusan dan melancar jalan untuk mendapatkan teman, membangun hubungan dan membantu individu mempertahankan kesuksesan. Percaya diri merupakan salah satu aspek keperibadian yang sangatlah penting dalam kehidupan manusia. Individu yang percaya diri merasa yakin atas kemampuan mereka sendiri serta memiliki pengharapan yang realistis, bahkan ketika harapan mereka tidak terwujud, mereka tetap berpikiran positif dan dapat menerimanya. Selain itu percaya diri mampu bertindak tanpa ragu. Begitu besar fungsi dan peran kepercayaan diri pada kehidupan individu. Tanpa adanya rasa percaya diri yang tertanam dengan kuat di dalam jiwa individu, pesimisme dan rasa rendah diri akan dengan mudah menguasai dirinya. Tanpa dibekali kepercayaan diri yang mantap sejak dini, maka individu akan tumbuh menjadi pribadi yang lemah.⁸

Peserta didik yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya diri atas kempuannya, hal ini menyebabkan sering menutup diri mereka

⁷ Ersta Lydia, Sekilas Tentang Rasa Percaya Diri Pada Remaja,, *jurnal ilmiah widya wacana*. Vol 8 nomer. 2 mei 2012. ISSN: 1907-5928, tersedia di : <http://ejurnal.unisri.ac.id/index.php/widyawacana/article/view/734/609>

⁸ Jarkawi, *penyuluhan tentang cara meningkatkan kepercayaan diri siswa dengan Fun Game pada musyawarah guru bimbingan dan konseling Mts kota banjar masin*, Jurnal Al-Ikhlâs. Vol 2 No 1, oktober 2016. ISSN: 2461-0992

terhadap lingkungan sekitar. Tanpa percaya diri peserta didik memiliki resiko kegagalan ataupun kurang optimal dalam mengerjakan tugas-tugas sebagai remaja.

Meningkatkan percaya diri disini adalah menumbuhkan percaya diri siswa untuk mengembangkan potensi yang di miliknya tanpa malu dan ragu. Dengan memberikan konseling kelompok agar siswa lebih berani menunjukkan kemampuannya di depan teman-temannya, serta tidak canggung berinteraksi dengan orang lain. Pada dasarnya kurang percaya diri banyak merugikan peserta didik tidak hanya melalui bergaul dengan sikap yang rendah, tetapi melalui siswa mempertimbangkan pilihan mereka dengan cara yang berbeda. Kurangnya percaya diri mungkin memerlukan perhatian untuk membantu memastikan bahwa pilihan masa depan siswa tidak perlu di batasi.⁹

Selain itu ghufroon merinci percaya diri tersebut dalam aspek-aspek percaya diri, berikut aspek-aspeknya:

Beberapa aspek-aspek percaya diri yaitu:

1. Keyakinan dalam kemampuan diri yaitu sikap positif anak tentang dirinya bahwa anak mengerti sungguh-sungguh akan apa yang di lakukannya. Anak yang memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya maka anak akan menyadari akan kemampuan yang di miliknya.
2. Optimis yaitu sikap positif anak yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuannya. Anak yang

⁹ Richard Sheldrake, students' intention towards studying science at upper-secondary school: the differential effects of under-confidence and over-confidence, *international journal of science Education* (2016), ISSN: 0950-0693.

memiliki sikap optimis dalam dirinya, maka berani mencoba hal-hal yang baru.

3. Obyektif yaitu anak yang kepercayaan diri memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
4. Bertanggung jawab yaitu kesediaan anak untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya, sehingga anak tersebut berani menghadapi tantangan dalam dirinya.
5. Rasional yaitu analisa trhadap sesuatu masalah, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat di terima oleh akan dan sesuai dengan kenyataan. Anak yang memiliki pikiran rasional, maka anak tersebut dapat berfikir positif tentang dirinya maupun lingkungan sekitarnya.¹⁰

Berdasarkan Aspek-Aspek percaya diri di atas peneliti melakukan observasi dengan guru bimbingan dan konseling untuk mengetahui sejauh mana peserta didik mengalami masalah percaya diri, berikut hasil observasi peneliti yang di lakukan di SMP Negeri 19 Bandar Lampung.

Tabel 1.1
Hasil observasi percaya diri kelas VIII SMP Negeri 19
bandar Lampung

¹⁰ Ali gufron, *Teori-teori psikologi* (Yogyakarta : Ar-ruzz Media, 2011), H. 35

NO	Aspek-Aspek	Jumlah Peserta Didik	Presentase
1	Memiliki keyakinan	3	18.75 %
2	Optimis	3	18.75 %
3	Berprilaku objektif	3	18.75 %
4	Bertanggung jawab	4	25 %
5	Rasional	3	18.75 %
	Jumlah	16 peserta didik	100 %

Sumber : data dokumentasi dan wawancara guru Bk di SMP Negeri 19 bandar lampung.

Berdasarkan pada tabel tersebut di lihat dimana terdapat 16 peserta didik yang memiliki gangguan percaya diri di SMP Negeri 19 Bandar Lampung lebih tepatnya di kelas VIII, menurut guru BK bahwa kelas VIII merupakan kelas dimana lebih banyak peserta didik yang mempunyai kecendrungan masalah percaya diri dari kelas kelas yang lain, karena terdapat peserta didik yang kurang memiliki keyakinan, kurang optimis, peserta didik sering mencontek, malu yang berlebihan sehingga membuat mereka mudah cemas jadi dapat di ambil kesimpulan bahwa masalah percaya diri pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 19 Bandar Lampung masih sering terjadi. Seperti yang terjadi di kelas VIII dimana kelas ini di bandingkan dengan kelas-kelas yang lain lebih dominan terdapat peserta didik yang memiliki percaya diri rendah.

Selain itu, kondisi percaya diri peserta didik berbeda beda ada yang senang bercerita, berdiskusi, namuna ada pula yang sebaliknya. Hal ini dapat dilihat dari adanya gejala-gejala yang tampak di antaranya, peserta didik ragu-ragu ketika diminta untuk mempersentasikan hasil diskusinya di sepan kelas. Hal

tersebut menunjukkan bahwa sikap percaya diri dalam belajar tergolong rendah. Selain itu, peserta didik sedikit sulit ketika di mintak untuk saling beriteraksi dengan peserta didik lainnya. Selanjutnya, ketika diskusi berlangsung ada beberapa peserta didik yang terlihat ragu-ragu, takut dan juga malu dalam menyampaikan pendapat atau tanggapan dalam diskusi kelompok tersebut. Pada diskusi kelompok ini lah mereka cenderung diam dan pasif. Dari masalah-masalah yang di temui oleh peneliti diatas, maka penting kiranya peneliti meningkatkan percaya diri peserta didik.

Hal yang di perkuat dari salah satu wawancara guru Bk di SMP N 19 Bandar lampung yang di simpulkan sebagai berikut:

“Pada saat peserta didik diberikan waktu untuk bertanya tentang mata pelajaran yang sudah dibahas, mereka lebih bnyak diam merasa malu ketika di mintak untuk menjelaskan kembali materi yang sudah di sampaikan atau berbicara didepan teman-teman di kelasnya, merasa gemetaran dan marah saat pendapat tidak di teriman dalam proses didkusi kelompok.”¹¹

Hasil wawancara dari peserta didik dapat di simpulkan sebagai berikut:

“Saya merasa malu ketika berbicara di depan umum contohnya berbicara di depan teman di kelas saat merpresentasi saat proses jam pelajaran. Ketika guru memberikan pertanyaan kepada saya, saya tidak berani untuk menjawab, ingin bertanya pun saya malu untuk menyampaikan apa yang tidak saya ketahui tentang materi. Ketika ulanganpun saya selalu berpikir mencontek jawaban

¹¹ Hasil wawancara dengan salah satu guru BK VIII, 29 januari 2018

teman sebangku saya, padahal saya selalu berpikir bahwa jawaban teman saya belum tentu benar”.¹²

Dalam kepercayaan diri peserta didik peran dan tugas guru Bk adalah memberikan layanan informasi dan bimbingan klasikal agar peserta didik memahami pentingnya dalam percaya diri dalam menentukan keberhasilan belajar, akan tetapi upaya yang harus dilakukan guru Bk lebih melatih peserta didik agar hasil yang optimal sehingga guru bk tidak hanya berfokus pada permasalahan kepercayaan diri belajar saja.

Untuk menghindari masalah kepercayaan diri maka diperlukan satu alternatif yang tepat dengan menggunakan layanan konseling kelompok, karena kepercayaan diri tidak hanya melibatkan diri sendiri namun melibatkan orang lain agar terjadi interaksi yang dinamis. Thohirin berpendapat bahwa layanan konseling kelompok merupakan suatu upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui anggota kelompok kegiatan kelompok agar percapaian tercapai secara optimal.

Berkaitan dengan permasalahan yang dimiliki peserta didik yang memiliki kepercayaan diri rendah dapat dilakukan upaya untuk membangun kepercayaan diri peserta didik. perasaan dan pikiran negatif setiap individu memiliki kebutuhan untuk memelihara pikiran yang rasional dan logis, tetapi pada saat yang sama ia memiliki kebutuhan untuk keluar dari dirinya sendiri untuk

¹² Hasil wawancara dengan siswa kelas VIII I , 29 januari 2018

berhubungan dengan orang lain serta dengan alam. Kegagalan dalam berhubungan dengan orang lain menyebabkan ia merasa keterasingan, dan depersonalisasi.¹³

Pendidik BK ikut berperan meningkatkan mutu pendidikan dan perbaikan terhadap perilaku peserta didik di sekolah. Pendidikan memiliki peran penting bagi umat manusia yaitu dalam kehidupan manusia, baik dalam perkembangan agama, bangsa, negara, dan khususnya dapat pendidik manusia.¹⁴

Cara membangun rasa percaya diri peserta didik salah satunya dapat menggunakan teknik Diskusi .

Diskusi kelompok adalah keaktifan anggota kelompok dalam mengutarakan pendapat dan intraksi positif yang terjadi dalam pelaksanaannya. Melalui kegiatan diskusi, peserta didik belajar untuk mengembangkan sikap saling menghargai, terbuka dalam kritik, dan mengemukakan pendapat dengan rasa percaya diri.¹⁵ Dalam melakukan diskusi kelompok, diskusi kelompok tidaknya untuk memecahkan persoalan, serta untuk mengembangkan pribadi. Dinkmeyer dan munro dalam romlah menyebutkan tiga macam tujuan konseling kelompok, yaitu : 1) untuk mengembangkan terhadap diri sendiri, 2) untuk mengembangkan kesadaran diri, 3) untuk mengembangkan pandangan baru

¹³ Gerald corey, *teori dan praktik dan psikotrapi*, (Bandung : PT.Refika Aditam), h. 69

¹⁴ Hasan Baharun and Rohmatul Ummah, "strengthening Student' Character in akhlaq subject Through Problem Based Learning Model, "Tadris Jurnal keguruandan ilmu tarbiyah 3, no. 1(2018):21

¹⁵ Chadidjah HA dan Dian arina S, "keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan metode diskusi untuk mengembangkan konsep diri". Program studi bimbingan dan konseling, FKIP Universitas sebelas Maret.

mengenai hubungan antar manusia.¹⁶ Dengan adanya konseing kelompok teknik diskusi, peserta didik mempunyai wadah yang tepat untuk membahas permasalahan, memperoleh informasi, dan saling tukar pendapat terutama dalam meningkatkan rasa percaya diri.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik Diskusi dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VIII di SMP N 19 Bandar Lampung.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut dan berdasarkan hasil penelitian di SMP Negeri 19 Bandar Lampung dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut.

1. Terdapat 3 peserta didik (18,75 %) yang menarik perhatian dengan cara tidak wajar.
2. Terdapat 3 peserta didik (18,75 %) yang merasa malu secara berlebihan.
3. Terdapat 3 peserta didik (18,75 %) yang mudah cemas.
4. Terdapat 4 peserta didik(25%)yang sering mencontek.
5. Terdapat 3 peserta didik (18,75 %) yang grogi saat di mintak tampil didepan kelas.

¹⁶ Edi irawan, “efektifitas teknik bimbingan kelompok untuk meninngkatkan konsef diri remaja (Studi Pre-experimen pada siswa kelas X SMK Yopena grading rejo lampung). Jurnal Bimbingan dan Konseling (PSIKOPEDAGOGIA), Vol. II, No , 1,2013 program studi bimbingan konseling FKIP AUD.

C. Batasa Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut, maka penulis membatasi masalah agar permasalahan yang di bahas tidak meluas. Permasalahan yang di bahas peneliti adalah Konseling Kelompok dengan teknik Diskusi dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VIII di SMP N 19 Bandar Lampung.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah ,maka penulis merumuskan masalah yang dapat di jadi kajian penelitian, sabagai berikut “Apakah Konseling kelompok dengan teknik diskusi berpengaruh dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik Kelas VIII SMP N 19 Bandar Lampung ?

E. Tujuan Penelitian dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan penelitian ini adalah menggunakan konseling kelompok teknik diskusi untuk mengetahui Apakah konseling kelompok berpengaruh dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VIII di SMP N 19 Bandar Lampung.
2. Kegunaan penelitian
 - a. Mamfaat praktis
 - 1) Bagi Peserta Didik

Penelitian ini di harapkan dapat memberikan konstribusi yang positif untuk peserta didik dalam meningkatkan percaya diri peserta didik kelas VIII di SMP N 19 Bandar Lampung.

2) Bagi Peneliti

Penelitian ini nantinya dapat memberikan informasi bagi penelitian tentang seberapa besar pengaruh konseling kelompok dengan teknik Diskusi dalam meningkatkan percaya diri peserta didik.

3) Sekolah, dengan mengetahui kesalahan berperilaku yang dihadapi peserta didik, maka di harapkan sekolah dapat menciptakan interaksi antar lingkungan sekolah yang baik agar menciptakan perilaku yang baik terhadap peserta didik.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah :

1. Objek Penelitian

Objek penelitian ini adalah konseling kelompok dengan teknik Diskusi untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VIII SMP N 19 Bandar Lampung.

2. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII C SMP N 19 Bandar Lampung.

3. Tempat Penelitian

Tempat penelitian ini dilaksanakan di SMP N 19 Bandar Lampung.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Layanan Konseling Kelompok

1. Pengertian Layanan Konseling Kelompok

Berbagai macam rumusan tentang pengertian konseling kelompok, namun dalam pembahasannya terlebih dahulu di sampaikan tentang pengertian konseling kelompok menurut Hasen, Warner dan Smith dalam buku prayitno menegaskan lebih lanjut bahwa layanan konseling kelompok merupakan cara yang amat baik untuk menangani konflik antar pribadi dan membantu individu dalam pengembangan kemampuan pribadi mereka (misalnya pengendalian diri, teggang rasa).¹

Konseling kelompok adalah suatu upaya bantuan kepada peserta didik dalam suasana kelompok yang bersifat pemecahan dan penyembuhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya. Dalam konseling kelompok peserta didik dapat menggunakan interaksi dalam kelompok untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap nilai-nilai dan tujuan-tujuan tertentu, untuk mempelajari atau menghilangkan sikap-sikap dan perilaku tertentu.²

¹ Prayitno, *dasar-dasar bimbingan dan konseling* (jakarta : pt rineka cifta, 2004), h. 315

² Rifda El fiah, Ice anggralisa, Efektivitas layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita untuk mengatasi kesulitan komunikasi interpersonal peserta didik kelas x man krui lampung barat t.p 2015/2016. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol 3, No 1 (2016). p-ISSN 2089-9955, e-ISSN 2355-8539, hal. 49.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis menyimpulkan bahwa konseling kelompok merupakan layanan yang memungkinkan peserta didik dalam suatu kelompok menempatkan kesempatan untuk membahas dan memecahkan suatu permasalahan masing masing suatu kelompok yang sipat pribadi melalui secara berkelompok, dengan konselor sebagai pemimpin suatu kelompok sehingga peserta didik dapat memecahkan masalah secara maksimal.

2. Tujuan Layanan Konseling Kelompok

Dalam bimbingan dan konseling, layanan konseling kelompok memiliki tujuan. Adapun tujuan konseling kelompok menurut para ahli antara lain: Menurut Prayitno menyatakan bahwa “secara umum tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi peserta didik, khususnya kemampuan berkomunikasinya”. Melalui layanan kelompok hal-hal yang dapat menghambat kemampuan sosialisasi dan komunikasi peserta didik dapat diungkap, sehingga kemampuan bersosialisasi dan berkomunikasi peserta didik dapat berkembang secara optimum.³

Jadi menurut penjelasan di atas dapat di simpulkan bahwa tujuan konseling kelompok yaitu sebagai berikut:

- a. Berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap terarah kepada tingkah laku khususnya dan bersosialisasi dan berkomunikasi.
- b. Terpecahnya masalah individu yang bersangkutan dan di perolehnya imbasan pemecahan masalah tersebut bagi individu-individu yang menjadi peserta layanan.

³ *Ibid*, hal. 50

3. Asas-asas Konseling Kelompok

Dalam konseling kelompok terdapat sejumlah asas-asas yang harus diperhatikan, asas-asas tersebut dijelaskan sebagai berikut:

a. Asas kerahasiaan

Asas kerahasiaan ini memegang peranan penting dalam layanan konseling kelompok karena masalah yang di bahas dalam konseling kelompok bersifat pribadi, maka setiap anggota kelompok diharapkan bersedia menjaga semua pembicaraan maupun tindakan yang ada dalam kegiatan konseling kelompok.

b. Asas kesukarelaan

Asas kesukarelaan ini adalah kehadiran, pendapat, serta tanggapan dari anggota kelompok bersifat sukarela tanpa paksaan:

c. Asas keterbukaan

Terbukaan dari anggota kelompok sangat di perlukan, karena jika keterbukaan tidak muncul maka akan terdapat keraguan dan kekhawatiran, selain itu juga ketua kelompok akan sulit dalam memahami masalah anggota kelompok.

d. Asas kegiatan

Hasil kegiatan kelompok tidak akan berarti bila anggota kelompok yang di bimbing tidak melakukan kegiatan dalam mencapai tujuan-tujuan konseling.

e. Asas kenormatifan

Dalam kegiatan konseling kelompok anggota kelompok harus menghargai pendapat orang lain, jika ada yang ingin mengeluarkan pendapat maka anggota kelompok yang lain harus mempersilakannya dalam hal termasuk norma sosial, dan

f. Asas kekinian

Masalah yang dibahas dalam kegiatan konseling kelompok harus bersifat sekarang. Maksudnya masalah yang saat ini yang sedang di alami.⁴

4. Tahap Tahap Konseling Kelompok

Proses pelaksanaan konsing kelompok melalui tahap tahap berikut:

a. Tahap awal kelompok

Proses utama pada tahap awal adalah orientasi dan eksplorasi. Pada awal tahap ini akan di warnai kerahuan dan ke khawatiran, namun juga harapan dari peserta. Namun apabila konselor mampu memfasilitasi kondisi tersebut, tahap ini akan memunculkan kepercayaan terhadap kelompok. Langkah-langkah pada tahap awal kelompok adalah: Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih, Berdoa, Menjelaskan pengertian konseling kelompok, Menjelaskan tujuan konseling kelompok, Menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok, Menjelaskan asas-asas konseling kelompok dan Melaksanakan perkenalan dilanjutkan rangkaian nama.

⁴ prayitno, *op. cit*, h.114

b. Tahap Peralihan

Tujuan tahap ini adalah membangun iklim saling percaya yang mendorong anggota menghadapi rasa takut yang muncul pada tahap awal. Konselor perlu memahami karakteristik dan dinamika yang terjadi pada tahap transisi. Langkah-langkah pada tahap peralihan: Menjelaskan kembali kegiatan konseling kelompok, Tanya jawab tentang kesiapan anggota untuk kegiatan lebih lanjut, Mengenali suasana apabila anggota secara keseluruhan atau sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut dan Memberi contoh masalah pribadi yang dikemukakan dan dibahas dalam kelompok.

c. Tahap Kegiatan

Pada tahap ini ada proses penggalan permasalahan yang mendalam dan tindakan yang efektif. Menjelaskan masalah pribadi yang hendak dikemukakan oleh anggota kelompok. Langkah-langkah pada tahap kegiatan adalah:

- 1) Mempersilakan anggota kelompok untuk mengemukakan masalah pribadi masing-masing secara bergantian.
- 2) Memilih/menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu.
- 3) Membahas masalah terpilih secara tuntas.
- 4) Menegaskan komitmen anggota yang masalahnya telah dibahas apa yang akan dilakukan berkenaan dengan adanya pembahasan demi terentaskan masalahnya.

d. Tahap Pengakhiran Pada tahap ini pelaksanaan konseling ditandai dengan anggota kelompok mulai melakukan perubahan tingkah laku di dalam kelompok. Langkah-langkah pada tahap pengakhiran adalah:

- 1) Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri
- 2) Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing.
- 3) Membahas kegiatan lanjutan.
- 4) Pesan serta tanggapan anggota kelompok.
- 5) Ucapan terima kasih
- 6) Berdoa.⁵

5. Isi layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok membahas masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Secara bergiliran anggota kelompok mengemukakan masalah pribadi secara bebas, selanjutnya dipilih mana yang akan dibahas dan diselesaikan terlebih dahulu dan seterusnya.⁶

B. Teknik Diskusi

1. Pengertian Teknik Diskusi

Diskusi kelompok adalah suatu pertemuan dua orang atau lebih, yang ditunjukkan untuk saling tukar pengalaman dan pendapat dan biasanya menghasilkan suatu keputusan bersama.⁷ Dengan demikian diskusi

⁵ Narsina Nur Fahmi, Layanan konseling kelompok dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa smk negeri 1 depok sleman, *jurnal hisbah*, vol. 13, no. 1 desember 2016. h 72-74

⁶ Tohirin, *bimbingan dan konseling sekolah dan madrasah*, (jakarta: pt rajagrafindo persada 2009), h.182

⁷ Dewa ketut sukandi, *pengantar pelaksanaan program bimbingan dan konseling di sekolah* (jakarta: rineke cipta, 2010), h. 220.

merupakan salah satu bentuk bimbingan kelompok yang sangat baik dan efektif dilakukan dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang bertujuan untuk menggali, mengembangkan diri dan menumbuhkan rasa percaya diri.⁸

Berdasarkan pengertian di atas maka ditarik kesimpulannya bahwa teknik diskusi merupakan suatu usaha untuk memecahkan masalah bersama dengan bertukar pengalaman dan dapat memecahkan secara bersama.

2. Tujuan Diskusi Kelompok

Tujuan diskusi kelompok ialah :

- a. Siswa lebih memperoleh informasi yang berharga bagi teman diskusi dan pembimbing diskusi. Pengalam yang baik maupun dan pendapat dari teman, banyak membantu perkembangan pribadi peserta didik.
- b. Meningkatkan motivasi dan semangat siswa dam mengerjakan tugas. Bila siswa mulai malas mengerjakan suatu tuga, misalnya membuat tugas tentang isi pembahasan yang sudah di diskusikan tentang mamfaat membuat ringkasan.
- c. Mengembangkan kemampuan siswa berpikir kritis mampu menyimpulkan data atau informasi yang telah di dapat oleh peserta didik.
- d. Mengembangkan keberanian peserta didik untuk mengemukakan pendapat secara jelas dan terarah.
- e. Membiasakan kerja sama antar peserta didik.

⁸ Fransiska, slamet f, & iis i, layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa kelas viii smp negeri 7 singkawang tahun ajaran 2014/2015, *jurnal bimbingan konseling indonesia*, volume 2 nomor 1 2017, p-issn: 2477-5916 e-issn: 2477-8370, h. 13

3. Ciri-ciri Diskusi Kelompok Yang Efektif

Efektif (keberhasilan) diskusi kelompok di lihat dari segi hasil dan proses diskusi:

a. Dari segi hasilnya, diskusi yang efektif ialah:

- 1) Masalah yang di diskusiikan dapat terpecahkan.
- 2) Ada keputusan yang dapat di realisasikan. Makin banyak keputusan yang dapat di realisasikan makin efektifan diskusi itu.
- 3) Waktu diskusi tidak di perpanjang.

b. Dari segi prosesnya, diskusi yang efektif ialah:

- 1) Semua peserta mengambil bagian secara aktif, (pemimpin dan semua anggota sama sama aktif) artinya semua berusaha ikut menyumbang pikiran dan pengalamannya.
- 2) Pertentangan pendapat dan ketegangan dapat di atasi, sebelum diskusi selesai, artinya tidak ada lagi permusuhan atau dendam di antara para peserta setelah selesai diskusi.
- 3) Diskusi memberikan keputusan emosional (rasa puas) di antara anggotanya, keinginan untuk diskusi lagi, dan hubungan yang lebih akrab setelah diskusi.
- 4) Keterampilan para siswa sebagai anggota atau pimpinan diskusi makin bertambah. Hal ini dapat dilihat pada kesempatan diskusi berikutnya atau dalam percakapan sehari-hari, yakni:
 - a) Siswa lebih mampu mengungkapkan pendapat dan pengalamannya:
 - b) Siswa lebih mampu memimpin diskusi;

- c) Siswa lebih mampu melakukan analisis dan sintesis atas pendapat dan pengalaman teman-temannya.
- d) Siswa dapat menjadi pendengar yang baik, di samping menjadi pembicara yang baik.⁹

4. Tahap Pelaksanaan Diskusi

Kegiatan diskusi berlangsung dalam beberapa tahap, sukandi mengemukakan terhadap empat tahap dalam pelaksanaan diskusi yang perlu dilakukan dalam kegiatan diskusi, di antaranya pendahuluan, tahap eksplorasi, tahap integrasi, dan penutup.

- a. Pendahuluan, orientasi, menciptakan hubungan baik, dan pengarahan.
- b. Tahap eksplorasi, yaitu menggali pendapat/saran dari anggota kelompok sehingga tukar menukar usul atau saran.
- c. Tahap integrasi, yakni menyimpulkan berbagai pendapat dan saran yang dianggap relevan dengan tujuan serta di setuju oleh semua anggota.
- d. Penutup, pembimbing (bila mungkin pembimbing tidak bertindak sebagai pemimpin diskusi, tetapi narasumber) membacakan atau menyampaikan keputusan atau kesimpulan dan telah dibuat dan disepakati bersama termasuk rencana tindakan berikut atau diskusi bersama selanjutnya.¹⁰

C. Percaya Diri

Dalam teori kepercayaan diri ini akan dijelaskan mengenai pengertian kepercayaan diri individu. Dari segi faktor kepercayaan diri siswa, dan proses terbentuknya kepercayaan diri.

⁹ Dewa ketut sukardi, *op. cit*, h. 228-229

¹⁰ Dewa ketut sukandi, *op. cit*, h.224

1. Pengertian Percaya Diri

Percaya diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasin serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.¹¹

Percaya diri dapat di artikan sebagai sesuatu percaya diri terhadap diri sendiri yang di miliki setiap orang dalam kehidupannya, serta bagaimana orang tersebut memandang dirinya secara utuh dengan mengacu pada konsep diri.¹²

Percaya diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuat merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya.¹³

Berdasarkan pengertian percaya diri menurut ahli di atas , dapat di simpulkan bahawa percaya diri merupakan sikap keyakinan individu terhadap kemampuan sendiri untuk bertindak laku sesuai yang di harapkan sebagai suatu perasaan yang yakin pada tindrannya, bertanggung jawab terhadap tindrannya, dan tidak mudah terpengaruh oleh orang lain.

¹¹ Lauster, *Tes kepribadian* (ahli bahasa) : H.D Gulo, Edisi Bahasa indonesia, Cetak Ke XIII (Jakarta : Bumi Aksar, 2002), h. 4

¹² Rakhmat, *psikologi komunikasi* (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2000), h. 109.

¹³ Hakim Thusan , *mengatasi rasa percaya diri* (Jakarta : Puspa Swira ,2000), h. 6.

2. Karakteristik Individu Yang Percaya Diri

Beberapa ciri atau karakteristik individu yang mempunyai rasa percaya diri yang profesional di antaranya adalah sebagai berikut :

Menurut Syaifulah dalam Dewi menyatakan ciri pribadi yang memiliki sikap percaya diri diantaranya adalah

- a. Tidak mudah mengalami rasa putus asa pribadi yang percaya diri akan selalu antusias dalam melakukan suatu tindakan memiliki tekad, tekun dan pantang menyerah.
- b. Bisa menghargai dan usaha sendiri
- c. Mengutamakan usaha sendiri tidak tergantung pada orang lain
- d. berani menyampaikan pendapat. Berpendapat merupakan suatu hak yang dimiliki oleh setiap orang, tetapi tidak semua orang memiliki keberanian untuk menyampaikan pendapat, rasa takut dan khawatir untuk berbicara merupakan salah satu ciri-ciri sikap tidak percaya diri dengan kemampuannya.
- e. tanggung jawab dengan tugasnya. Pribadi yang percaya diri akan selalu memiliki tanggung jawab pada dirinya sendiri yaitu selalu mengerjakan apa yang menjadi tugas dalam menjalankan suatu tindakan. Di kerjakan dengan tekun dan rajin.
- f. memiliki cita-cita untuk meraih prestasi; dan
- g. selalu bersosialisasi dan berinteraksi antar sesama.¹⁴

¹⁴ Laila Maharani, Muhammad Mansur, *Efektivitas Konseling Puisi Sebagai Media Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas Vii Smpn 24 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016*. Jurnal Bimbingan dan Konseling, p-ISSN 2089-9955, e-ISSN 2355-8539. Hal 205

Adapun karakteristik individu yang kurang percaya diri, di antaranya adalah sebagai berikut.

- a. Berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok
- b. Menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan
- c. Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri namun di lain pihak, memesang harapan yang tidak realistis terhadap diri sendiri.
- d. Pesimis, mudah menilai segala sesuatu dari segi negatif
- e. Takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil
- f. Cenderung menolak pujian yang di tunjukkan secara tulus
- g. Selalu menepatkan diri sebagai yang terahir karena menilai dirinya tidak mampu.
- h. Mudah menyerah pada nasib, sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/menerima serta bantuan orang lain.¹⁵

3. Teknik-teknik Untuk Meningkatkan Percaya Diri

- a. Mempersiapkan mental, materi untuk tampil percaya diri
- b. Memahami dan mengenal rasa gugup dan takut saat berbicara di depan orang banyak.
- c. Mencegah gangguan dan gejala fisik yang sering kita alami (misalnya: gemetar, sakit perut, berkeringan)

¹⁵ Enung fatimah, *ibid* , h. 150

- d. Menghadapi, mengendalikan rasa gugup dan takut berbicara dan hal melihat lain dan menambah rasa semangat kita.
- e. Menghentikan dan mengendalikan kepanikan, sesaat sebelum itu terjadi dan mencari kebenaran lain
- f. Memulai berbicara dan menyampaikan isi bicara yang menyakinkan dan motivasi.¹⁶

4. Aspek-aspek Percaya Diri

Menurut lauster mengemukakan bahwa orang yang memiliki rasa percaya diri yang positif adalah sebagai berikut:

- a. Keyakinan kemampuan diri

Keyakinan kemampuan diri adalah sikap positif seseorang tentang dirinya yang mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang di lakukannya. Sehingga dengan keyakinan yang dia miliki dapat menimbulkan kepercayaan diri apa adanya.

- b. Optimis

Optimis adalah sikap positif yang di miliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya sehingga dengan mempunyai sikap yang optimis akan memberikan pikiran-pikiran yang positif pada dirinya.

- c. Objektif

Orang yang memandang permasalahan atau sesuatu dengan kebenaran yang semestinya bukan menurut kebenaran pribadi atau

¹⁶ lydia ersta k, sekilas tentang percaya diri pada remaja, *jurnal ilmiah widya wacana*, vol. 8 nomer 2 (mei 2012), h. 119-120

menurut dirinya sendiri. Seseorang yang memiliki sikap objektif akan berarti orang tersebut memiliki kejujuran yang memiliki sikap objektif akan berarti orang tersebut memiliki kejujuran dalam hidupnya. Jadi individu akan memiliki kejujuran dalam hidupnya. Jadi individu akan menilai sesuatu hal apapun melihat dengan apa mestinya.

d. Bertanggung jawab

Bertanggung jawab adalah kesediaan orang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuennya, jadi sikap ini memberikan dampak positif dari diri.

e. Rasional dan realistis

Rasional dan realistis adalah analisis terhadap suatu masalah, suatu hal, dan kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat di terima oleh akal dan dapat di terima oleh akal dan sesuatu dengan kenyataan. Dengan pemikiran yang rasional dan realistis dapat meningkatkan karakter, karakter positif yang dapat mengubah cara pandang seseorang menjadi positif.¹⁷

5. Tingkat Kepercayaan Diri

Tingkat kepercayaan diri dibagi menjadi tiga tingkat yaitu : Tinggi, Sedang, dan rendah. Tingkat kepercayaan diri dapat di lihat dalam kegiatan sehari-hari siswa disekolah. Kegiatan tersebut antarlain kegiatan belajar mengajar, kegiatan berinteraksi dengan guru maupun teman, kegiatan individu

¹⁷ Hakim Thusan, *Op Cit*, h. 5

siswa dan kegiatan lainnya seorang siswa yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan memberikan dampak yang positif bagi dirinya di masa sekarang maupun dimasa yang akan mendatang.¹⁸

6. **Sebab-Sebab rendahnya percaya diri**

Percaya diri yang kurang yaitu akibat dari kejadian buruk di masa kanak-kanak yang membuat seseorang menjadi acuh tak acuh ataupun akibat ekonomi yang kurang bercukupan, ada beberapa faktor penyebab rendahnya percaya diri yaitu sering terabaikan, kritikan yang berlebihan, pengaruh dari orang tua dan keluarga, penampian fisik, pengalaman negative, pengalaman mendapatkan perilaku kekerasan dimasa anak-anak.¹⁹

7. **Ciri-ciri Rendahnya Percaya Diri**

Kurangnya percaya diri, membuat seseorang mengabaikan hidupnya dan bersikap negatif.

Ciri-ciri rendahnya percaya diri dapat diuraikan sebagai berikut:

- a. Kurang bisa untuk bersosialisasi dan tidak yakin pada diri sendiri, sehingga mengabaikan kehidupan sosialnya.
- b. Seringkali tampak murung dan depresi
- c. Mereka suka berfikir negatif dan gagal untuk mengenali potensi yang dimilikinya

¹⁸ Imro'atun, keefektifitas layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa menengah pertama, *jurnal kajian bimbingan dan konseling*. issn 2548-4311. tersedia di : um.ac.id/index.php/jkbk/article/view/65.

¹⁹ Hadi pranoto, upaya meningkatkan percaya diri siswa melalui layanan bimbingan kelompok di sma negeri 1 sungkai utara ampung utara, *jurnal lentera pendidikan lppm um metro* vol. 1. no. 1, juni 2016 issn: 2527-8436.

- d. Takut dikritik dan merespon pujian dengan negatif
- e. Hidup dalam ke adaan psimis

8. Manfaat Percaya Diri

Percaya diri dapat menumbuhkan semangat yang berguna untuk kehidupan, dapat di uraikan yaitu : 1) Berfikir Positif, 2) Mandiri, 3) Berprestasi, 4) Optimis, 5) kreatif, 6) Mudah bergaul

9. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pembentukan Percaya diri

Para ahli berkeyakinan bahwa kepercayaan diri diperoleh melalui proses yang berlangsung sejak dini. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan rasa percaya diri, yaitu :

- a. Aspek psikologis yang meliputi pengendalian diri, suasana hati yang dihayati, citra fisik, citra sosial (penilaian dan penerimaan lingkungan), self image (pandangan terhadap diri sendiri);
- b. Aspek teknis yang meliputi keterampilan mengarahkan pikiran, keterampilan melakukan sesuatu sesuai dengan cara yang benar, dan keterampilan berpikir kreatif.²⁰

Faktor-faktor pembentuk rasa percaya diri terdiri atas aspek psikologis dan aspek keterampilan teknis. Aspek psikologis erat dengan suara hati. Suara hati merupakan parameter yang memberi dorongan dari dalam diri seorang untuk memperoses pembentukan percaya diri. Jika proses

²⁰ Prayitno dan Erman Amti, 2009. *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Padang: Universitas Negeri Padang. Hal 66-73

penilaian kemampuan diri menghasilkan nilai yang tinggi, maka dorongan dan pengendalian pembentukan percaya diri menjadi kuat. Sebaliknya, jika penilaian percaya diri negatif, maka percaya diri yang dibentuk menjadi lemah

Orang yang kurang percaya diri akan mengalami kesulitan untuk memulai berbuat sesuatu karena disebabkan tidak tahu untuk melakukan serangkaian proses kegiatan yang dilakukan. Orang tersebut belum mampu menyusun tahapan-tahapan untuk melakukan suatu kegiatan hingga kegiatan dapat diwujudkan dan terselesaikan. Disinilah pentingnya aspek keterampilan teknis, yaitu kemampuan menyusun kerangka berfikir dan keterampilan berbuat secara fokus, terarah dan terukur langkah demi langkah untuk melakukan proses kegiatan atau perbuatan.

10 Gejala-gejala Tidak Percaya Diri Pada Remaja

Dikalangan remaja, terutama mereka yang berusia sekolah antara SMP dan SMA/SMK, terdapat berbagai macam tingkah laku yang merupakan pencerminan adanya gejala tidak percaya diri. Gejala tingkah laku tidak percaya diri yang ada di lingkungan sekolah antara lain :

- a. Takut menghadapi ulangan
- b. Minder
- c. Tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat
- d. Groggi saat tampil di depan kelas
- e. Timbulnya rasa malu yang berlebihan

- f. Tumbuhnya sikap pengecut
- g. Sering mencontek saat menghadapi tes
- h. Mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi
- i. Salah tingkah dalam menghadapi lawan jenis
- j. Tawuran dan main keroyok.²⁹

Pendapat di atas mengatakan bahwa gejala tingkah laku yang mencirikan peserta didik kurang percaya diri seperti mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi, malu, tidak berani bertanggung jawab atas tindakan yang dilakukan, sering mencontek pada saat ulangan, tidak yakin akan kemampuan yang dimilikinya dan selalu berpikiran negative terhadap dirinya.

D. Penelitian yang Relevan

1. Pengaruh konseling kelompok dengan teknik assertive training terhadap percaya diri peserta didik kelas viii b di mts muhammadiyah sukaramelampung tahun ajaran 2017/2018. *undergraduate thesis, uin raden intan lampung*, oleh Sinar Juliyana Putri hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka dapat di simpulkan bahwa hasil perhitungan rata-rata skor rendah percaya diri adalah 42 setelah *mean posttest* menjadi 72,9 dengan skor peningkatan 30,9. Dari hasil uji t menggunakan program SPSS versi 16, bahwa *t* adalah 15,108 *Confidence interval of the difference*, *lower* = 34,722 dan *upper* = 25,278 kemudian dihitung dibandingkan dengan

$t_{\text{tabel}} dk = 9$ dengan kemudian thitung lebih besar dari t_{tabel} ($15,108 > 2,262$) dengan demikian peserta didik yang dikategorikan rendah percaya diri terdapat perubahan setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *assertive training* berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII B MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung berhasil, meningkat dengan score 30,9. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis nihil (H_0) ditolak dan hipotesis kerja (H_a) yang berbunyi pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training* terhadap meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII B di MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung diterima.²¹

2. Upaya meningkatkan rasa percaya diri melalui konseling kelompok bagi siswa x ips 6 sma 2 bae kudu tahun pelajaran 2014/2015, “oleh Sri Marjati Dari hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa Hasil penelitian terdapat peningkatan aktivitas peneliti dalam melaksanakan konseling kelompok dari taraf baik (82%) pada siklus I menjadi sangat baik (97%) pada siklus II. Sementara aktivitas siswa pada kategori cukup (64%) pada siklus I menjadi sangat baik (88%) pada siklus II. Konseling kelompok dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa, terlihat

²¹ Sinar Juliyana Putri, Pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training* terhadap percaya diri peserta didik kelas viii b di mts muhammadiyah sukarama bandar lampung tahun ajaran 2017/2018.

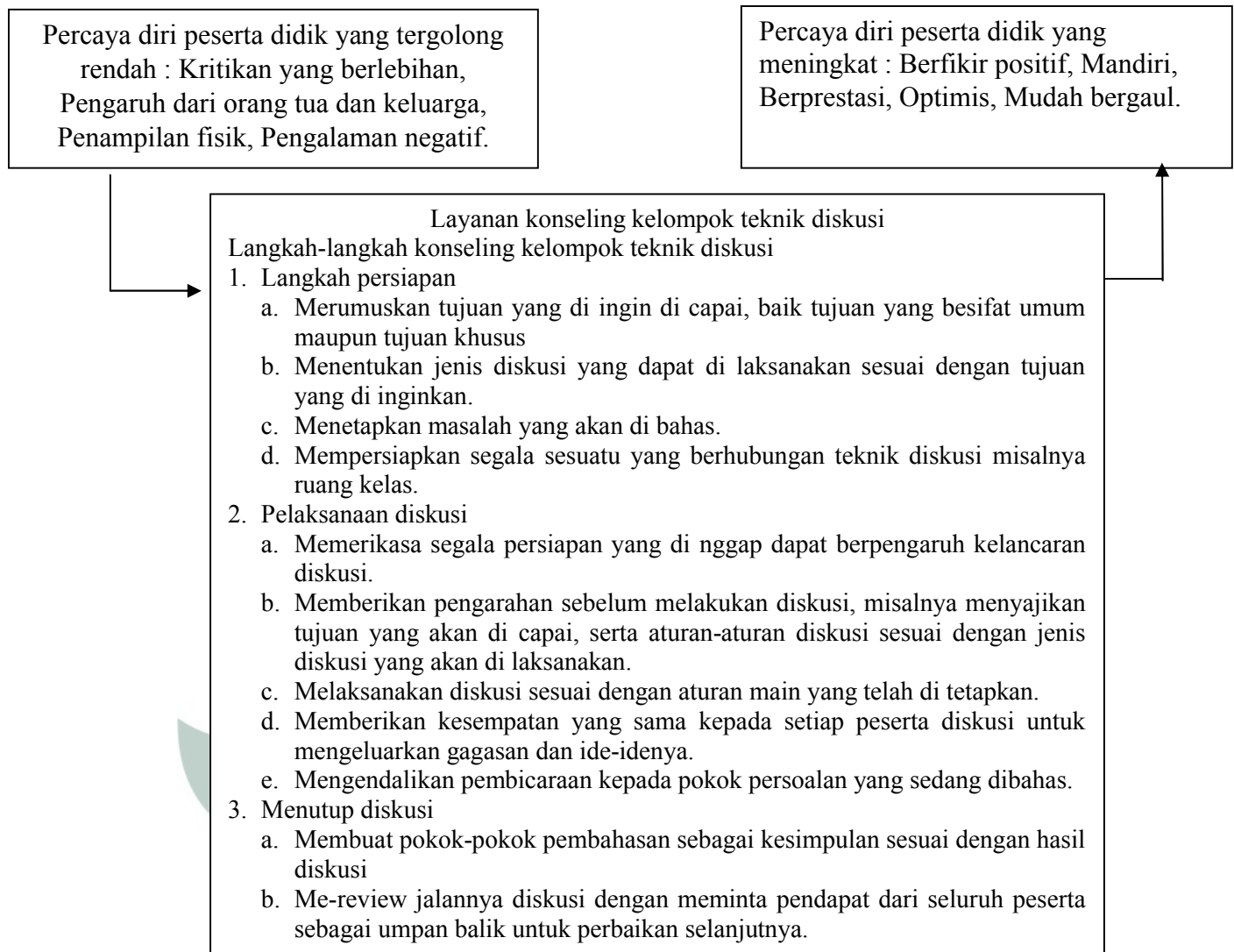
dari data pada siklus 1 pada kategori cukup meningkat pada siklus II menjadi termasuk dalam kategori sangat baik. Sementara situasi konseling kelompok pada kategori cukup (77%) pada siklus I menjadi baik (83%) pada siklus II. Hal ini menunjukkan ada peningkatan signifikan konsentrasi belajar dari siswa kelas X IIS 2 SMA 2 Bae Kudus.²²

E. Kerangka Penelitian

Faktor yang mempengaruhi percaya diri yaitu lingkungan keluarga keadaan keluarga merupakan lingkungan hidup yang utama setiap manusia, lingkungan sangat mempengaruhi pembentukan awal rasa percaya diri pada setiap peserta didik. Rasa percaya diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang ada dalam diri dan terwujud dalam tingkah laku sehari-hari. Dan rasa percaya diri tumbuh dan berkembang sejak kecil, jika peserta didik berada di lingkungan keluarga yang baik namun sebaliknya jika lingkungan tidak memadai menjadikan individu tersebut untuk percaya diri maka individu tersebut akan kehilangan proses pembelajaran untuk percaya diri untuk dirinya sendiri.

Untuk mengatasi faktor yang menyebabkan individu kurang percaya diri dapat di tingkatkan menggunakan layanan konseling kelompok. Adapun kerangka penelitian ini sebagai berikut :

²² sri marjati, upaya meningkatkan rasa percaya diri melalui konseling kelompok bagi siswa x ips 6 sma 2 bae kudus tahun pelajaran 2014/2015. *jurnal konseling gujigat*. vol. 1 no. 2 tahun 2015 issn : 2460-118.



Gambar kerangka pikir penelitian

F. Hipotesis

1. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah di nyatakan dalam bentuk kalimat bertanya.²³

²³ sugiyono, *metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r & d*, (bandung : alfabeta), 2015, h.

H_0 = Konseling kelompok tidak berpengaruh dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VIII di SMP N 19 Bandar Lampung

H_a = Konseling kelompok berpengaruh dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik di SMP N 19 Bandar Lampung

2. Hipotesis Statistik

Adapun hipotesis statistiknya sebagai berikut

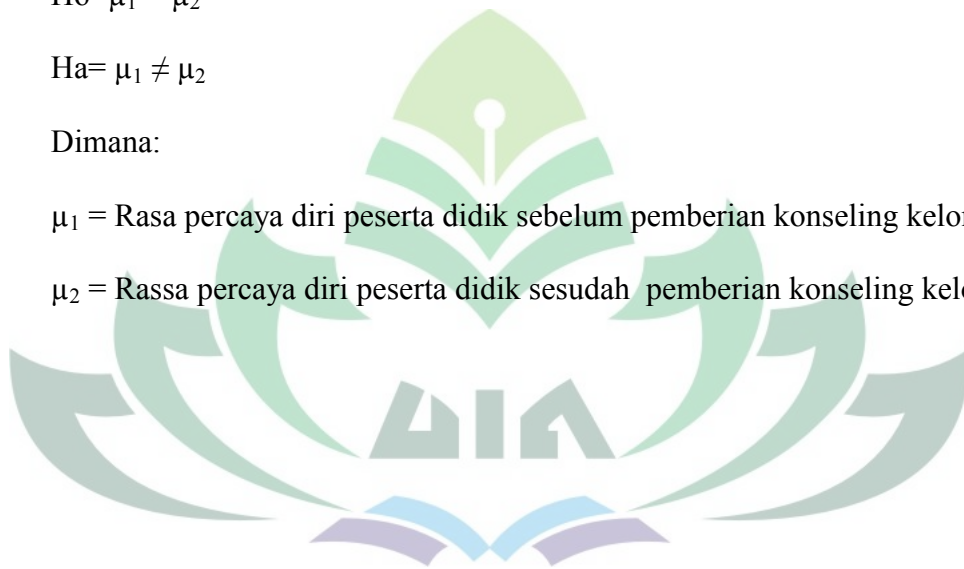
$$H_0 = \mu_1 = \mu_2$$

$$H_a = \mu_1 \neq \mu_2$$

Dimana:

μ_1 = Rasa percaya diri peserta didik sebelum pemberian konseling kelompok.

μ_2 = Rasa percaya diri peserta didik sesudah pemberian konseling kelompok.



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian “berasal dari kata “metode” yang artinya cara yang tepat untuk melakukan yang logis “ yang artinya ilmu atau pengetahuan. Jadi metodologi artinya cara melakukan sesuatu dengan menggunakan pikiran secara sesama untuk mencapai suatu tujuan. Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.¹

A. Jenis Penelitian

Metode yang di gunakan penelitian metode kuantitatif karena metode kuantitatif dinamakan metode tradisional, karena metode ini sudah cukup lama di gunakan sehingga sudah mentradisional sebagai metode untuk penelitian.

Metode ini di sebut metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik.² Penelitian ini di lakukan di SMP N 19 Bandar lampung dengan melihat hal-hal yang berkaitan dengan maslah yang di teliti.

B. Desain Penelitian

Bentuk penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini adalah pre-eksperimen design one grop pre-test posstest design karena penelitian ini tanpa menggunakan kelompok kontrol dan desain ini terdapat pretest sebelum di berikan perlakuan. Dengan demikian hasil perlakuan dapat di ketahui lebih akurat.³ Desain ini dapat di lihat pada gambar 3.1 seperti berikut :

¹ Sugiyono, *metode penelitian pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D* (Bandung: alfabeta, 2015), h 2

² *Ibid*, h 13

³ Sugiyono, *ibid* hal 110

Tabel 3.1
Pola one- Group pretest-posttet desain

Pretes	Perlakuan	Posttes
O1	X	O2

Keterangan :

O1 : nilai pretest (sebelum di berikan layanan konseling dengan teknik diskusi)

X : pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi

O2 : nilai pretes(setelah dilakukan layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi)⁴

Pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa penelitian eksperimen merupakan penelitian untuk mencari pengaruh saat sebelum diberikan perlakuan tindakan dan saat sesudah di berikan perlakuan tindakan.

C. Variabel Penelitian

Menurut Hatch dan fardly secara teoritis variabel dapat di definisikan sebagai atribut seseorang atau objek, yang mempunyai “variasi” antara satu orang dengan yang lain atau satu objek dengan objek yang lain.⁵

Karlinger menyatakan bahwa variabel penelitian adalah kontrak atau sifat yang akan di pelajari.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, maka dapat di rumuskan bahwa variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang di tetapkan oleh peneliti untuk di pelajari dan di tarik kesimpulannya.

⁴ Sugiyono, ibid hal 111

⁵Sugiyono, *Op. Cit*, h. 60

1. Jenis variabel

Berdasarkan penjelasan di atas, maka variabel yang di gunakan dalam penelitian ini ada 2 yaitu:

a. Variabel bebas (Variabel indevidenden)

Variabel bebas adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat).

X = Layanan konseling kelompok teknik diskusi

b. Variabel terikat(variabel dependen)

Variabel terikat merupakan variabel yang di pengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.

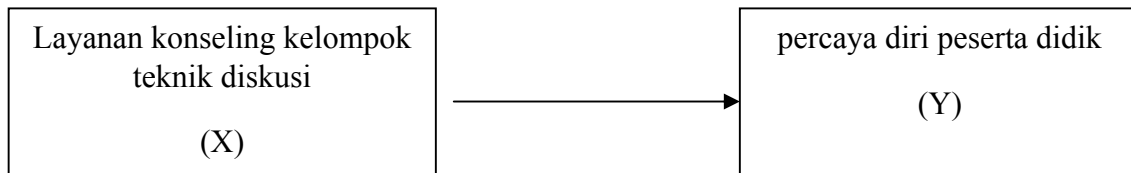
Y = rasa percaya diri

2. Hubungan antar variabel

Hubungan antar variabel dalam penelitian ini variabelnya ganda, maka variabel yang satu memiliki hubungan atau pengaruh terhadap variabel lain. Variabel X (bebas) mempunyai pengaruh terhadap variabel Y(terikat).

Layanan konseling kelompok teknik Diskusi sebagai variabel bebas di berikan dengan tujuan untuk mengetahui peningkatan rasa percaya diri peserta didik. Dengan demikian layanan konseling kelompok teknik Diskusi memberikan pengaruh dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik. Hubungan antar variabel X dan Y dapat di lihat dalam bentuk gambaran sebagai berikut:

Gambar 3.1
Hubungan antar variabel



D. Definisi Operasional

Variabel bebas penelitian adalah itervensi yang di berikan kepada peserta didik melalui teknik diskusi. Variabel bebas di sebut juga variabel eksperimen. Adapun variabel terkait penelitian ini adalah percaya diri. Berikut ini di kemukakan penjelasan mengenai variabel-variabel secara oprasional:

No	Variabel	Definisi operasional	Indikator	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala ukur
1	Variabel bebas (X) adalah pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi	Penyelesaian masalah peserta didik dengan teknik diskusi agar peserta didik berani bicara, mengembangkan bakat dan minat.		Rpl/Satlan	1. Nilai evaluasi 2. observasi	Interval Rendah: 80-96 Sedang : 97-113 Tinggi: 114-130
2	Variabel terikat (Y)	Percaya diri lahir dari kesadaran jika seorang individu memutuskan untuk melakukan sesuatu, sesuatu itu pula yang harus di lakukan. Sehingga di perlakukan evaluasi diri secara objektip, penghargaan yang jujur dari diri sendiri , berfikir positif, berani mengambil resiko.	1. Memiliki keyakinan. 2. Optimis 3. Berperilaku objektif 4. Bertanggung jawab 5. rasional	Angket (kuesioner)	Menggunakan skala percaya diri yang terdiri dari 26 pernyataan dengan pernyataan positif dan negatif, sangat setuju, setuju, ragu ragu, tidak setuju, sangat tidak setuju	Interval 1-5

E. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang di terapkan peneliti untuk di pelajari dan di tarik kesimpulannya.⁶ Dalam penelitian ini, populasi yang di maksud adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 19 Bandar Lampung dapat di lihat dari tabel berikut.

Tabel 3.3
Populasi Penelitian

Kelas	Laki-laki	perempuan	Jumlah
VIII	160	191	351

Sumber :dokumentasi, SMP Negeri 19 Bandar Lampung

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang di miliki oleh populasi yang di teliti.⁷ Sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik yang mempunyai kepercayaan dirinya yang terendah. Berdasarkan populasi yang berjumlah 351 peserta didik, maka populasi terjangkau kelas VIII C berjumlah 35 dan 16 peserta didik yang akan di beri layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling adalah teknik pengambilan sampel, Untuk Menemukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian, terdapat beberapateknik sampling yang digunakan. Teknik sampling yang digunakan

⁶Sugiyono, *Op. Cit*, h. 117.

⁷Sugiyono, *Op. Cit*, h. 118

dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Menurut Sugiyono *purposive sampling* yakni teknik untuk menentukan sampel penelitian dengan beberapa pertimbangan tertentu yang bertujuan agar data yang diperoleh nantinya bisa lebih representatif.⁸

F. Teknik Pengumpulan Data

1. Metode Kuesioner/Angket

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Kuesioner dapat berupa pertanyaan /pernyataan tertutup atau terbuka.⁹

Kuesioner dalam penelitian ini digunakan untuk mengumpulkan data terhadap tanggapan atau respon peserta didik terhadap konseling kelompok teknik role Diskusi dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik.

Adapun skor alternatif jawaban di lihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 3.4
Skor Jawaban Responden Terhadap Instrumen

No	Alternatif Jawaban	Skor Jawaban	
		Favorabel (Pernyataan Positif)	Unfavorabel (Pertanyaan Negatif)
1	Sangat setuju	5	1
2	Setuju	4	2
3	Ragu Ragu	3	3
4	Tidak setuju	2	4
5	Sangat tidak setuju	1	5

⁸Sugiyono, *Op. Cit*, h.119.

⁹Sugiyono, *Op. Cit*, h.199

Penilaian kepercayaan diri dalam penelitian ini menggunakan rentang skor dari 1-5 dengan banyaknya item 26. Secara interval kriteria tersebut dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut:

Menurut Eko dalam aturan pemberian skor dan klasifikasi hasil penelitian adalah sebagai berikut :

- a. Skor nyata negatif kebalikan dari pernyataan positif;
- b. Jumlah skor tertinggi ideal = jumlah pernyataan atau aspek penilaian x jumlah pilihan
- c. Skor akhir =(jumlah skor yang di peroleh : skor tertinggi ideal) x jumlah kelas interval ;
- d. Jumlah kelas interval = skala hasil penilaian. Artinya kalau penilaian menggunakan skala, hasil penilaian di klasifikasi menjadi 4 kelas interval;
- e. Penentuan jarak interval (J_i), penentuan jarak interval di peroleh dengan rumus :

$$J_i = (t - r) / J_k$$

Keterangan :

J_i = Jarak Interval

t = skor tertinggi ideal dalam skala

r = skor terendah ideal dalam skala

J_k = jumlah kelas interval¹⁰

¹⁰ Eko Putra Widoyo, *penelitian hasil pembelajaran di sekolah*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014) h, 144.

Berdasarkan pendapat di atas, maka interval kriteria dapat di tentukan dengan cara sebagai berikut :

- 1) Skor tertinggi : $5 \times 26 = 130$
- 2) Skor terendah : $1 \times 26 = 26$
- 3) Rentang : $130 - 26 = 104$
- 4) Jarak interval : $104 : 5 = 20.5$

Tabel 3.5
Kriteria percaya diri

Interval	Kriteria	deskripsi
114-130	Tinggi	Peserta didik dengankategori tinggi di tandai dengan a. Memiliki keyakinan b. Optimis c. Berperilaku obyektif d. Bertanggung jawab e. rasional
97-113	Sedang	Pada kategori ini peserta didik sudah terlihat percaya diri dalam menjalankan tugas tugas akademiknya maupun bersosialisasi dengan lingkungan sekolah dan mencoba untuk melakukan terus menerus.
80-96	rendah	Pada kategori ini peserta didikmulai terlihat kepercayaan diri dalam menjalankan tugas-tugas akademiknya maupun bersosialisasi dengan lingkungan sekolah namun belum dilakukan di kehidupan sehari-harinya

2. Observasi

Observasi adalah sebagai teknik pengumpulan data mempunyai ciri yang spesifik bila di bandingkan dengan teknik lain. Teknik pengumpulan data dengan observasi di gunakan bila, penelitian berkenaan dengan perilaku manusia.¹¹ metode ini untuk mengmati proses konseling kelompok terhadap aktivitas peserta didik.

¹¹Sugiyono, *Op. Cit*, h. 203

3. Interview/wawancara

Wawancara adalah suatu cara pengumpulan data dengan jalan mengajukan pertanyaan secara lisan kepada sumber data, dan sumber data juga memberikan jawaban lisan pula. Maka wawancara merupakan bentuk komunikasi verbal kepada peneliti dengan salah satu guru bimbingan konseling semacam memberikan informasi tentang pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik Diskusi untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik di SMP N 19 Bandar Lampung. Pada penelitian ini dilakukan secara terbuka agar berlangsung dengan baik.¹²

G. Instrumen Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode angket/kuesioner, metode wawancara, dan observasi.

Berdasarkan metode pengumpulan data, maka instrumen pengumpulan data yang cocok untuk meningkatkan percaya diri adalah dengan lembar angket.

Penyusunan instrumen dalam penelitian ini berdasarkan aspek percaya diri yang telah diterapkan di bab II, disusun instrumen untuk mengungkapkan tingkat percaya diri peserta didik di kelas VIII SMP Negeri 19 Bandar Lampung.

Tabel 3.5
Kisi-kisi percaya diri peserta didik

NO	Variabel/ Aspek	Indikator
1	Memiliki keyakinan	a. Peserta didik bersungguh-sungguh akan apa yang dilakukan b. Peserta didik mampu bersikap yakin terhadap dimilikinya
2	Optimis	a. Peserta didik mampu bersikap yakin terhadap dirinya

¹²Sugiyono, *Op. Cit*, h. 194

		b. Peserta didik mau mencoba untuk hal yang baru
3	Berperilaku obyektif	a. Peserta didik mampu memandang permasalahan sesuai dengan kebenaran b. Peserta didik mampu memandang sesuatu menurut dirinya sendiri
4	Bertanggung jawab	a. Peserta didik mampu menagguang konsekuensi dari kesalahannya b. Peserta didik berani menghadapi tantangan
5	Rasional	a. Peserta didik mampu menyesuaikan dirinya b. Peserta didik mampu berfikir positif tentang dirinya

Sebelum angket tersebut di gunakan maka peneliti menguji dan reabel angket tersebut untuk mengetahui angket tersebut layak untuk di gunakan, berikut ini di jelaskan sebagai berikut:

1. Uji validasi instrumen

Validasi merupakan derajat ketepatan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan daya yang dapat di laporkan oleh peneliti. Dengan demikian data yang valid adalah data “yang tidak berbeda” antara data yang di laporkan oleh peneliti dengan data yang sesungguhnya terjadi pada obyek penelitian.¹³ Uji validasi di gunakan untuk menguji validasi kuesioner(angket), untuk keperluan ini di uji teknik keserasian jawaban dari setiap item di kolarasikan dengan total skor. Uji validasi yang di lakukan pada penelitian ini menggunakan rumus *kolerasi product moment* dengan rumus:

$$r_{xy} = \frac{\sum (X - \bar{X})(Y - \bar{Y})}{\sqrt{(\sum (X - \bar{X})^2)(\sum (Y - \bar{Y})^2)}}$$

Keterangan :

r_{xy} = koefisien validasi item yang di cari

X = skor responden untuk tiap item

¹³Sugiyono, *Op.cit*, 2015.h.363

Y = Total skor tiap responden dari seluruh item

$\sum X$ = jumlah seluruh skor X

$\sum Y$ = jumlah seluruh skor Y

$\sum X^2$ = jumlah kuadrat masing masing skor X

N = jumlah subjek¹⁴

2. Uji reabilitas Instrumen

Realibilitas berkenaan dengan dengan derajat konsistensi dan stabilitas data atau temuan. Dalam pandangan positivistik (kuantitatif), suatu data dinyatakan realibel apa bila dua atau lebih peneliti dalam obyek ang sama menghasilkan data yang sama, atau peneliti sama dalam waktu berbeda menghasilkan data yang sama, atau sekelompok data bila di pecah menjadi dua menunjukkan data yang tidak berbeda.¹⁵ Sebelum angket di ujikan kepada responden, angket di ujikan terlebih dahulu kepada populasi diluar sampel untuk mengetahui tingkat reabilitasnya dengan menggunakan rumus *alpha* sebagai berikut :

$$r_{II} = \frac{\sum X^2}{N^2}$$

Keterangan:

r_{II} : realiabilitas instrumen

k : banyaknya butir pertanyaan

\sum^2 : jumlah varians butir

2_t : varian total.¹⁶

¹⁴Eko Putra Widoyo, *Op. Cit*, h. 239

¹⁵ Sugiyono, *Op. Cit*, h. 364.

¹⁶Eko Putra Widoyo, *Op. Cit*, h. 263

H. Teknik Pengelolaan dan Analisis Data

1. Teknik pengelolaan data

Menurut Notoadmojo setelah data-data terkumpul, dapat di lakukan pengelolaan data dengan menggunakan *edditng*, *coding*, *proccesing*, dan *cleaning*.

- a. *Edditing* (pengeditan data), adalah merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isi formulir atau kuesioner. Apakah semua pertanyaan sudah terisi, apakah jawaban atau tulisan masing-masing pertanyaan cukup jelas atau terbaca, apakah jawabannya relevan dengan peertanyaannya, apakah jawaban-jawabn pertanyaan konsisten jawaban pertanyaan lainnya.
- b. *Coding* (pengkodean), setelah melakukan edditing, selanjutnya di lakukan pengkodean atau “*coding*”, yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan.
- c. Data *entry* (pemasukan data), yakni jawaban-jawaban dari masing masing responden yang dalam bentuk “kode” (angka atau huruf) di masukan ke dalam program”*soffware*” *SPSS for window reliese* 16 yang di gunakan untuk “data entri data” penelitian.
- d. *Cleaning* data (pemberian data), apabila setiap data dari setiap sumber data atau responden selesai di masukan perlu dicek kembali untuk melihat kemungkinan-kemungkinan adanya kesalahan-kesalahan kode dan ketidak lengkapan, kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi.

2. Teknik Analisis Data

Menurut Arikunto yang dikutip oleh Sugiyono, mengemukakan reliabilitas adalah kuantitas alat pengumpulan data sehingga akan diajukan uji coba tes. Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali akan menghasilkan data yang konsisten sama. Pengujian ini akan menggunakan program SPSS *for window release 16*.

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.¹⁷

Untuk mengetahui keberhasilan eksperimen, adanya peningkatan rasa percaya diri peserta didik dalam proses pembelajaran dapat digunakan rumus *t* atau *t*-test sebagai berikut:

$$T = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2}}}$$

Keterangan :

\bar{x}_1 : rata rata sampel 1

\bar{x}_2 : rata-rata sampel 2

s_1^2 : varians sampel 1

s_2^2 : varians sampel 2

n_1 : jumlah sampel 1

n_2 : jumlah kelompok 2¹⁸

¹⁷Sugiyono, *op.cit.* h, 335

¹⁸Sugiyono, *Op. Cit*, h. 273

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Sejarah SMP N 19 Bandar Lampung

Sejarah berdirinya SMP N 19 Bandar Lampung diawali oleh sebuah nama yaitu SMP Negeri 2 Kedaton Bandar Lampung yang gedungnya di bangun pada tahun 1984 dengan biaya pemerintah sekitar Rp. 160.000.000,00 secara resmi gedung SMP ini digunakan untuk belajar mulai tahun 1985. Berdasarkan Dirjen Diknasmen dengan nomor keputusan 775/AP/I/1989, SMP ini berubah nama menjadi SLTP N 19 Bandar Lampung.

Setelah dikeluarkan keputusan pemerintah kota Bandar Lampung dengan surat keputusan No.420/746/08/II/2004 yang mengacu pada undang-undang No. 22 tahun 1999 tentang otonomi daerah tanggal 14 April 2004, SLTP Negeri 19 Bandar Lampung berubah menjadi sebuah SMP Negeri 19 Bandar Lampung. Sejak berdirinya SMP Negeri 19 Bandar Lampung, telah mengalami beberapa kali pergantian kepala Sekolah, yaitu:

1. Periode 1985-1989 : Drs. Ibnu Fajar
2. Periode 1989-1992 : Drs. Ciknanung
3. Periode 1992-1999 : Drs. Wakidi
4. Periode 1999-2002 : Muslim
5. Periode 2002-2007 : Hi. Syarifudin Rais,A.Md.
6. Periode 2007-2010 : Drs. Yuni Herwanto, M.Pd.
7. 2010-sekarang : Hj. Sri Chairattini EA, S.Pd.

B. Situasi dan Kondisi Sekolah

SMP Negeri 19 Bandar Lampung terletak di daerah yang mulai padat penduduknya. Secara fisik, sekolah yang lokasinya terletak di Jl. Soekarno-Hatta Gg.Turi Raya No. 1 Tanjung Senang Bandar Lampung ini sudah cukup memadai. Kepala sekolah, Ruang Tata Usaha, mushola, Ruang BK, UKS, Koperasi, Perpustakaan, Laboratorium, Ruang Osis, Ruang Komputer, dan beberapa ruang fasilitas untuk guru. Untuk tahun ajaran 2016/ jumlah ruang belajar teori yang digunakan sebanyak 12 ruang bagi kelas VII, 12 ruang bagi kelas VIII, dan 12ruang bagi kelas IX dari segi penataan kelas dan kantor cukup bagus dan pemanfaatan tanah juga sudah digunakan sebaik mungkin sehingga mampu menciptakan suasana yang nyaman dalam belajar.

C. Hasil Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik diskusiuntuk meningkatkan percaya diri peserta didik di SMP Negeri 19 bandar lampung. Dengan tujuan untuk menangan peserta didik yang mengalami masalah percaya diri yang rendahserta mengetahui percaya diri peserta didik kelas VIII C SMP Negeri 19 Bandar Lampung sebelum dan sesudah di berikan layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi.

1. Gambaran umum pra konseling kelompok dengan teknik diskusi.

Penelitian ini di laksanakan di SMP Negeri 19 Bandar lampung pada bulan juli sampai bulan agustus 2018, sesuai dengan jadwal yang telah di sepakati dengan subjek peneliti. Hasil peneliti di peroleh melalui penyebaran

instrumen yang bertujuan untuk memperoleh data mengenai profil/gambaran percaya diri peserta didik dan sekaligus dengan dasar penyesuaian isi layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan percaya diri peserta didik yang kemudian di uji cobakan guna memperoleh keefektifan.

Jumlah peserta didik dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII C SMP Negeri 19 Bandar Lampung yang berjumlah 35 peserta didik, sedangkan dalam kriteria rendah terdapat 16 peserta didik.

Pelaksanaan konseling kelompok di laksanakan pada bulan juli 2018. Berikut ini adalah jadwal pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi:

Tabel I
Jadwal pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik diskusi

No	Tanggal	Kegiatan
1	17 Juli 2018	Pelaksanaan pretest menggunakan angket percaya diri sebanyak 26 pertanyaan
	20 Juli 2018	Kegiatan konseling kelompok dengan teknik diskusi pertemuan pertama dengan tema mengenal konsep diri (siapa aku): 1. Mengajarkan peserta didik untuk mengenal dirinya 2. Membantu peserta didik untuk percaya akan dirinya sendiri.
3	23 Juli 2018	Kegiatan konseling kelompok dengan teknik diskusi pertemuan kedua dengan tema penguatan konsep diri : 1. Mengajarkan peserta didik untuk mengenal dirinya 2. Membantu peserta didik untuk percaya akan dirinya sendiri.
4	30 Juli 2018	Kegiatan konseling kelompok dengan teknik diskusi pertemuan ketiga meningkatkan percaya diri pesertadidik

		1. Memberikan penjelasan tentang percaya diri 2. Memberikan arahan keda peserta didik akan pentingnya percaya diri
5	2 Agustus 208	Kegiatan konseling kelompok dengan teknik diskusi pertemuan keempat tema penguatan percaya diri peserta didik. 1. Penguatan kembali materi yang sudah di sampaikan.
6	8 Agustus 2018	Pelaksanaan <i>posttes</i>

Berdasarkan tabel I di atas, layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi di lakukan sebanyak 4 kali pertemuan yang di lakukan di ruang bimbingan konseling. Hasil pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi di egaluasi dengan cara melakukan posstes, posttest di lakuka untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri peserta didik setelah setelah melakukan konseling kelompok dengan teknik diskusi yang telah di berikan kepada peserta didik yang mengalami kepercayaan diri rendah.

Perbandingan nilai lata rata sebelum dan sesudah di berikan layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi berdasarkan data yang di peroleh, maka dapat di destrifsikan hasil penelitian sebelum di lakuakan perlakuan (pre-test) dan setelah di lakukann perlakuan (posttest).

3. Proses pelaksanaan konseling kelompok

Penelitian di laksanakan pada bulan juli 2018 di mulai dari tanggal 17 juli 2018 s.d 8 agustus 2018. Selanjutnya konseling kelompok di laksanakan sebanyak 4 kali pertemuan, jenis kegiatan kelompok yang dilaksanakan dalam konseling kelompok yang di laksanakan dalam konseling kelompok adalah kelompok tugas, dimana kegiatan konseling kelompok ini menggunakan teknik diskusi.

Dalam kegiatan konseling kelompok ini pemimpin kelompok berusaha membangun dinamika kelompok yang dimana dinamika kelompok ini sangat berperan dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik. Karena di dalam dinamika kelompok yang aktif, siswa terlibat langsung dalam menyelesaikan masalah yang di hadapi oleh anggota lain mau pun diri sendiri. Peran pemimpin kelompok dalam membangun dinamika kelompok dalam konseling kelompok teknik diskusi adalah memintak anggota untuk dapat bekerja sama, dan menunjukkan kepedulian terhadap kebutuhan para anggotanya, pemimpin kelompok memberikan intruksi yang jelas, arahan dan proses konseling kelompok teknik diskusi, dan selalu mengawasi anggota kelompok ketika proses konseling kelompok berlangsung, pemimpin kelompok mendorong anggota untuk memancing rasa percaya diri, agar proses konseling kelompok berjalan dengan lancar.

4. Hasil pelaksanaan kegiatan konseling kelompok dengan teknik diskusi
 - a. Pelaksanaan pre-test

Pre-test di lakukan dengan tujuan untuk mengetahui gambaran awal kondisi kepercayaan diri dalam belajar yang di berikan perlakuan. Pre-test yang di berikan kepada peserta didik kelas VIII C yang berjumlah 16 peserta didik. Berikut ini hasil kondisi pre-test kepercayaan diri peserta didik.

Tabel 2
Hasil pre-test peserta didik kelas VII c SMP Negeri 19
Bandar Lampung

No	Inisial Peserta Didik	Hasil Preetest	Kriteria
1	AIF	82	Rendah
2	AA	80	Rendah
3	A	84	Rendah
4	BS	86	Rendah
5	DAP	82	Rendah
6	EMB	81	Rendah
7	FDS	89	Rendah
8	GSG	82	Rendah
9	MAR	90	Rendah
10	MDP	85	Rendah
11	MR	84	Rendah
12	MDA	87	Rendah
13	RMS	82	Rendah
14	SS	86	Rendah
15	SKN	85	Rendah
16	YN	80	Rendah

b. Pelaksanaan post-test

Setelah diskusi kelompok di akhiri peserta didik di ajak untuk mengisi instrumen disiplin belajar sebagai bentuk post-test. Pelaksanaan postes di SMP Negeri 19 bandar Lampung dapat dikatakan lancar dengan rata-rata peserta didik mampu memberikan informasi tentang percaya diri setelah layanan konseling kelompok teknik diskusi dengan seluruh item instrumen dapat terisi sesuai dengan petunjuk pengisian serta kegiatan ini selesai tepat waktu yang telah ditentukan. Adapun data hasil post-test sebagai berikut:

Tabel 3
Hasil post-tes peserta didik kelas VIII C
SMP Negeri 19 Bandar Lampung

NO	Inisial peserta didik	Hasil protest	Kriteria
1	AIF	97	Sedang
2	AA	114	Tinggi
3	A	98	Sedang
4	BS	99	Sedang
5	DAP	100	Sedang
6	EMB	98	Sedang
7	FDS	104	Sedang
8	GSG	98	Tinggi
9	MAR	97	Sedang
10	MDP	101	Sedang
11	MR	106	Sedang
12	MDA	111	Sedang
13	RMS	122	Tinggi
14	SS	104	Sedang
15	SKN	102	Sedang
16	YN	115	Tinggi

Berdasarkan tabel 3 di atas, bahwa setelah diberikan perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi terjadi peningkatan percaya diri anggota kelompok, terdapat 12 peserta didik dalam kriteria sedang dan 4 peserta didik yang kriteria tinggi, yang pada saat sebelum perlakuan terdapat peserta didik yang mempunyai kriteria rendah dalam percaya diri.

Tabel 4
Hasil pre-test dan post-test peserta didik kelas VIII C
SMP Negeri 19 Bandar Lampung

No	Inisial Peserta Didik	Pre-Test	Post-Test
1	AIF	82	97
2	AA	80	114
3	A	84	98
4	BS	86	99
5	DAP	82	100
6	EMB	81	98
7	FDS	89	104

8	GSG	82	98
9	MAR	90	97
10	MDP	85	101
11	MR	84	106
12	MDA	87	111
13	RMS	82	122
14	SS	86	104
15	SKN	85	102
16	YN	80	115
Rata-rata N 16		$1345 : 16 =$ 84,06	$1666 : 16$ =104,12

Berdasarkan tabel 4 diatas, rata rata skor percaya diri peserta didik sebelum mengikuti konseling kelompok dengan teknik diskusi adalah 84,06 dan setelah mengikuti konseling kelompok teknik diskusi meningkat menjadi 104,12 tabel di atas menjelaskan bahwa peningkatan dari sebelum perlakuan dan setelah diberikan perlakuan . untuk mengetahui lebih jelas kondisi peningkatan percaya diri dari masing masing peserta didik pada subjek eksperimen berdasarkan hasil pre-test dan post-test.

D. Persyaratan Uji Hipotesis

Untuk menemukan jawaban atas permasalahan yang di kemukakan dalam hipotesis pada penelitian ini perlu dilakukan analisis persyaratan terhadap data-data yang di peroleh ,prasyarat nalisis dalam penelitian ini yang di uji normalitas.

1. Uji Normalitas Data

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		pretest	posttest
N		30	30
Normal Parameters ^a	Mean	89.3000	96.8333
	Std. Deviation	6.62883	7.01763
Most Extreme	Absolute	.124	.126

Differences	Positive	.124	.126
	Negative	-.080	-.081
Kolmogorov-Smirnov Z		.679	.690
Asymp. Sig. (2-tailed)		.745	.728

a. Test distribution is Normal.

Uji normalitas menggunakan uji kolmogorov-smirnov dengan membandingkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) > dengan 0.05 maka data distribusi normal. Dengan menggunakan uji kolmogoriv-smirnovn diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) pretest sebesar 0.745 > 0.05 dan data posttest Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0.728 > 0.05 sehingga dapat pretest dan posttest berdistribusi normal selain dapat di lihat dari keterangan *Asymp. Sig. (2-tailed)* uji kenormalan data juga dapat di lihat dari *most extreme differences absolute* yang di asumsikan $\text{most extreme} < \text{Kolmogorov-Smirnov Z}$ tabel maka data berdistribusi normal.

F. Uji Hipotesis

Selanjutnya setelah di uji prasyarat analisis tersebut, yaitu uji normalitas dipenuhi. Kemudian dilakukan pengujian hipotesis menggunakan uji tpaired samples t-test, berikut ini hasil dari pengujian hipotesis dalam penelitian ini.

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 pretest	89.3000	30	6.62883	1.21025
posttest	96.8333	30	7.01763	1.28124

Nilai mean pretest 89.3000 dan mengalami kenaikan pada posttest sebesar 96.8333 dengan standar deviasi pretest 6.62883 dan posttest 7.01763.

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 pretest & posttest	30	.055	.772

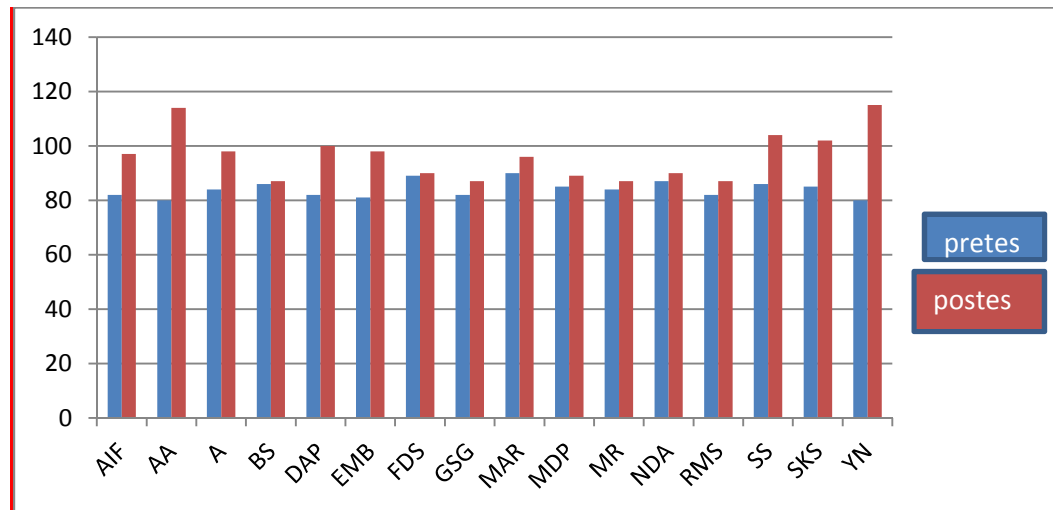
Dilihat dari tabel Paired Samples Correlations dan posttest memiliki correlation sebesar 0.055 dan nilai sig = 0.772 > 0.05 sehingga dapat disimpulkan bahwa korelasi bernilai positif sebesar 0.005² = %.

Paired Samples Test

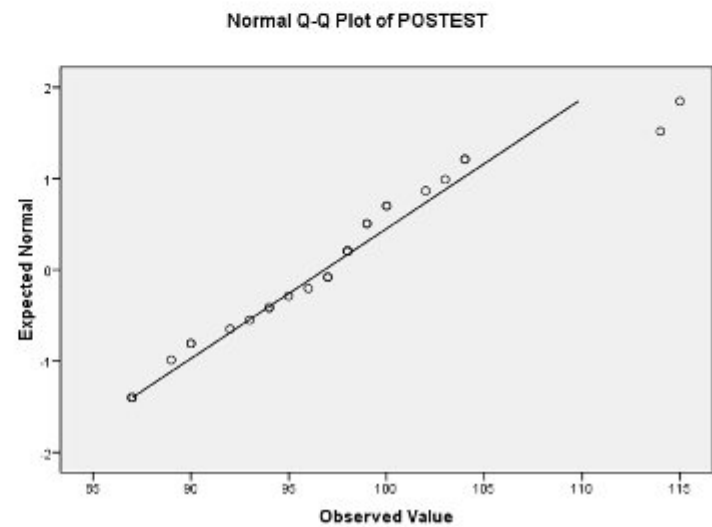
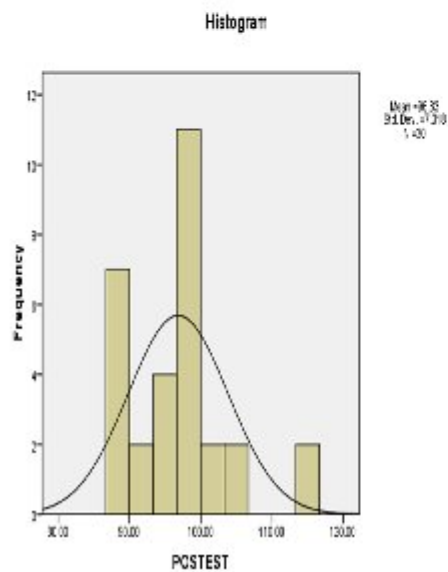
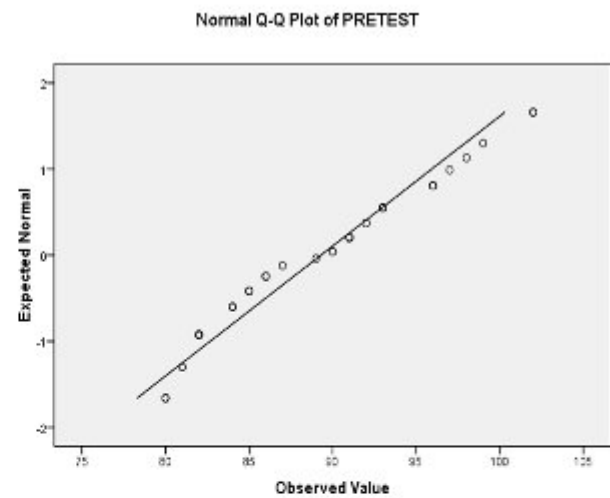
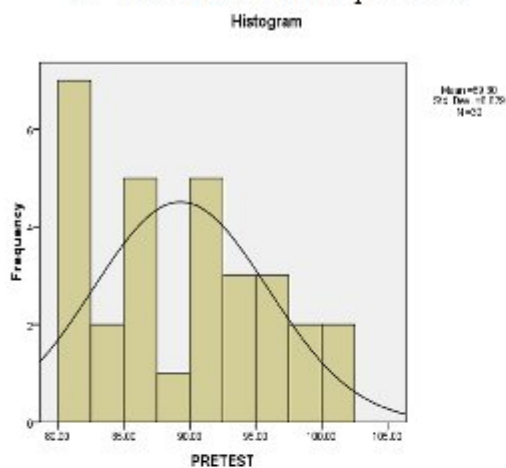
	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 pretest - posttest	-7.53333	9.38353	1.71319	-11.03720	-4.02947	-4.397	29	.000

Dalam tabel di atas diketahui bahwa t adalah -4.02947 mean -7.53333, dengan demikian percaya diri peserta didik kelas VIII C SMP Negeri 19 Bandar Lampung mengalami perubahan setelah diberikan konseling kelompok teknik diskusi berpengaruh secara signifikan untuk meningkatkan percaya diri peserta didik di SMP Negeri 19 Bandar Lampung.

1. Grafik hasil pre-test dan post-test percaya diri peserta didik di SMP Negeri 19 Bandar Lampung



2. Grafik normalitas pre-test



Dikatakan data berdistribusi normal, ketika sebaran data(histogram) mengikuti pola kurva normal. Di atas menunjukkan histogram sebagian besar tampak mengikuti kurva normal, sehingga dapat dikatakan bahwa sebaran data tersebut berdistribusi normal.

G. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada meningkatnya percaya diri peserta didik menunjukkan bahwa ada peningkatan dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VIII C di SMP Negeri 19 Bandar Lampung setelah mendapatkan layanan konseling kelompok teknik diskusi.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok yang dilakukan dalam 6 kali pertemuan dan digabung untuk penyebaran angket juga, maka langkah selanjutnya penulis akan membahas secara mendalam mengenai percaya diri peserta didik kelas VIII C Di SMP Negeri 19 Bandar Lampung. Sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok yang dikaitkan dengan teori.

Sebelum adanya layanan konseling kelompok (pre-test), peserta didik mempunyai skor rata-rata tingkat percaya diri 84,06 atau kategori rendah hal ini menunjukkan bahwa percaya diri yang dimiliki peserta didik masih tergolong rendah dan masih bisa meningkat. Setelah adanya layanan konseling kelompok teknik diskusi mempunyai skor rata-rata percaya diri sebesar 104,12 atau berada dalam kategori tinggi. Ini mengidentifikasikan sudah adanya peningkatan dalam

karakteristik percaya diri yang dimiliki peserta didik terbukti setelah adanya layanan konseling kelompok teknik diskusi skor rata rata meningkat.

Hal ini menunjukkan bahwa dengan adanya konseling kelompok teknik diskusi mampu meningkatkan percaya diri yang positif dan mengurangi percaya diri yang negatif, dengan demikian dapat di simpulkan bahwa percaya diri peserta didik sebelum dan sesudah mendapatkan konseling kelompok teknik diskusi berbeda dan mengalami peningkatan yang signifikan.

Layanan konseling kelompok efektif dalam meningkatkan percaya diri peserta didik.karena dalam pelaksanaan kegiatan konseling kelompok peserta didik sebagai anggota kelompok akan bersama-sama menciptakan dinamiks kelompok yang dapat di jadikan tepat untuk dapat di mengembangkan dan meningkatkan percaya diri . anggota kelompok akan mempunyai hak yang sama untuk membahas suatu topik permasalahan, juga bisa untuk melatih kemampuan peserta didik baik kemampuan untuk berani mengungkapkan pendapat dalam forum maupun untuk melatih peserta didik di latih untuk berinteraksi sosial dalam kelompok.

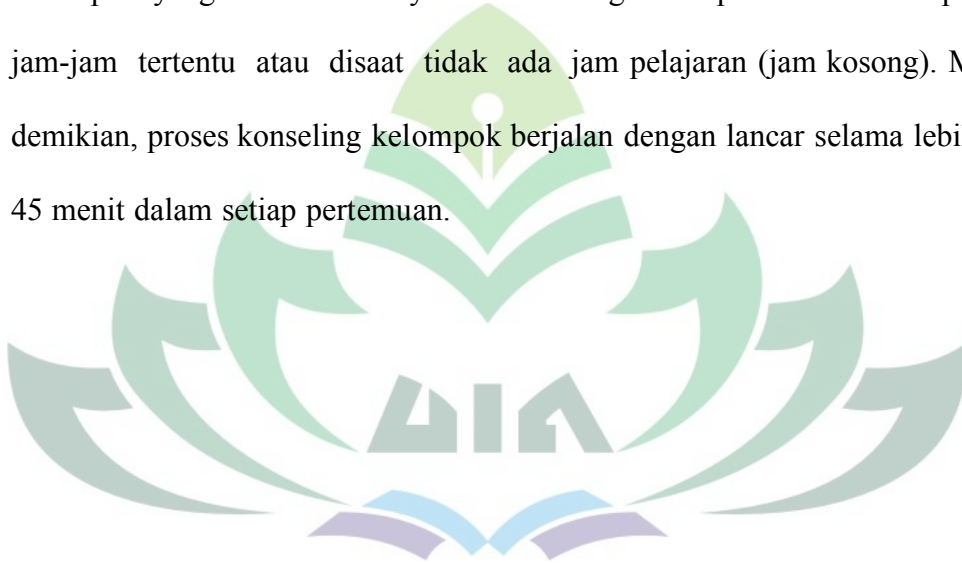
Layanan konseling kelompok efektif dalam meningkatkan percaya diri peserta didik. Karena di dalam pelaksanaan konseling kelompok tidak bertujuan untuk memecahkan masalah tetapi juga untuk memecahkan persoalan serta untuk mengembangkan pribadi. Dinkmeyer dan murno menyebutkan tiga macam tujuan diskusi yaitu : 1) untuk mengembangkan terhadap diri sendiri, 2) untuk mengembangkan kesadaran tentang diri, 3) untuk mengembangkan pandangan

baru mengenai hubungan antar manusia. Apabila tujuan itu terwujud maka dapat mengembangkan percaya diri peserta didik. Oleh karena itu percaya diri di perlukan seseorang untuk di jadikan sebagai acuan pegangan hidup dan tututan seseorang kebutuhan seseorang. Namun demikian, percaya diri seseorang bukan merupakan bawaan sejak lahir, melainkan terbentuk melalui proses belajar sejak masa pertumbuhan seseorang dari masa kecil samapai dewasa.

Keberhasilan konseling kelompok di SMP Negeri 19 Bandar Lampung berjalan lancar di lihat dari keefektifan anggota dalam mengikuti peroses konseling kelompok. Dengan adanya konseling kelompok dapat membantu peserta didik dalam mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya untuk mencapai dunia dan akhirat. Sehingga peneliti rasa tepat di gunakan sebagai salah satu bentuk layanan bimbingan dan konseling untuk dapat di berikan kepada peserta didik yang memiliki percaya diri rendah. Peserta didik yang memiliki kegiatan konseling kelompok dapat secara lansung berlatih menciptakan dinamika kelompok yakni, berlatih berbicara , menanggapi, mendengarkan dan bertenggang rasa dalam suasana kelompok. Percaya diri seseorang buakan merupakan bawaan sejak lahir melainkan terbentuknya melalui proses belajar sejak masa pertumbuhan seseorang dari masa kecil sampai dewasa.

Meskipun konseling kelompok dapat meningkatka percaya diri peserta didik, dalam penelitian ini ditemukan beberapa hambatan, pada awalnya pemimpin kelompok mengalami kesulitan dalam membangun keaktifan anggota kelompok, karena seluruh anggota kelompok masih terlihat malu dan ragu-ragu dan baru

pertama kalinya mengikuti konseling kelompok. Namun hal ini teratasi oleh anggota kelompok dengan pengenalan dan permainan. Pengenalan ini bertujuan agar seluruh anggota kelompok saling mengenal dan akrab. Selain itu, permainan juga dilakukan untuk membuat suasana menjadi lebih santai dan nyaman sehingga tidak terlihat kaku dan anggota kelompok merasa senang. Selain itu, keterbatasan ini berkaitan dengan waktu pelaksanaan proses dalam layanan konseling kelompok yang dilakukan. Layanan konseling kelompok dilakukan pada saat jam-jam tertentu atau disaat tidak ada jam pelajaran (jam kosong). Meskipun demikian, proses konseling kelompok berjalan dengan lancar selama lebih kurang 45 menit dalam setiap pertemuan.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di SMP Negeri 19 Bandar Lampung , maka dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Kesimpulan Statistik

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi dapat berpengaruh dalam meningkatkan percaya diri belajar pada peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 19 Bandar Lampung. Hal ini ditunjukkan dengan adanya perbedaan skor kepercayaan diri pada subjek sebelum diberi layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi dan sesudah diberi layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi. Berdasarkan hasil uji t *paired sample t test*, diketahui bahwa $\text{sig.} = 0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

2. Kesimpulan Penelitian

Layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi berpengaruh untuk meningkatkan percaya diri pada peserta didik kelas VIII C SMP Negeri 19 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019. Hal ini ditunjukkan ada peningkatan skor percaya diri pada enam belas peserta didik setelah diberikan perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah di kemukakan di atas maka dapat diajukan beberapa saran yang bermamfaat bagi pengembangan pelaksanaan bimbingan dan konseling sebagai berikut:

1. Bagi guru BK SMP Negeri 19 Bandar Lampung

Berdasarkan hasil penelitian ini dinyatakan bahwa layanan konseling kelompok teknik diskusi berpengaruh terhadap peningkatan perca diri peserta didik. Hasil penelitian ini dapat di jadikan sebagai masukan kepada guru Bk di sekolah sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan percaya diri peserta didik melalui konseling kelompok.

2. Bagi kepala sekolah SMP Negeri 19 Bandar lampung.

Sebagai penanggung jawab tertinggi manajemen BK di sekolah, diharapkan hasil dari penelitian ini menjadi acuan bagi kepala sekolah sebagai kajian dan evalyuasi terkait kepercayaan diri peserta didik. Sehingga adanya pendekatan lebih lanjut teutama pada peserta didik yang miliki kepercayaan diri rendah.

3. Bagi peserta didik dapat memahami selama konseling kelompok.

4. Kepada para peneliti selanjutnya, dapat melakukan penelitian mengenai masalah yang sama dengan subjek dan teknik yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali gufron, *Teori-teori psikologi* (Yogyakarta : Ar-ruzz Media, 2011).
- Baharun Hasan and Rohmatul Ummah, "strengthening Student' Character in akhlaq subject Through Problem Based Learning Model, "Tadris *Jurnal keguruandan ilmu tarbiyah* 3, no. 1(2018):21
- Chadidjah HA dan Dian arina S, "keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan metode diskusi untuk mengembangkan konsep diri". Program studi bimbingan dan konseling, FKIP Universitas sebelas Maret.
- Corey Gerald, *teori dan praktik dan psikotrapi*, Bandung : PT.Refika Aditam.
- Dapertemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemah*, Bandung : CV. Diponogoro.
- Dewa ketut sukandi, *pengantar pelaksanaan program bimbingan dan konseling di sekolah*, Jakarta: rinek cifta, 2010).
- Edi irawan, "efektifitas teknik bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri remaja (Studi Pre-experimen pada siswa kelas X SMK Yopena grading rejo lampung). *Junal Bimbingan dan Konseling (PSIKOPEDAGOGIA)*, Vol. II, No , 1,2013 program studi bimbingan konseling FKIP AUD.
- Eko Putra Widoyo, *penelitian hasil pembelajaran di sekolah*, Yogyakarta:Pustaka Pelajar, 2014.
- Ersta k lydia, sekilas tentang percaya diri pada remaja, *jurnal ilmiah widya wacana*, vol. 8 nomer 2 (mei 2012),
- Fransiska, slamet f, & iis i, layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa kelas viii smp negeri 7 singkawang tahun ajaran 2014/2015, *jurnal bimbingan konseling indonesia*, volume 2 nomor 1 2017, p-issn: 2477-5916 e-issn: 2477-8370.
- Hadi pranoto, upaya meningkatkan percaya diri siswa mealui layanan bimbingan kelompok di sma negeri 1 sungkai utara ampung utara, *jurnal lentera pendidikan lppm um metro* vol. 1. no. 1, juni 2016 issn: 2527-8436.
- Hakim Thusan , *mengatasi rasa percaya diri* (Jakarta : Puspa Swira ,2000).
- <http://ejurnal.unisri.ac.id/index.php/widyawacana/article/view/734/609>

Imro'atun, keefektifitas layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa menengah pertama, *jurnal kajian bimbingan dan konseling*. issn 2548-4311. tersedia di :
um.ac.id/index.php/jkbk/article/view/65.

Jarkawi, *penyuluhan tentang cara meningkatkan kepercayaan diri siswa dengan Fun Game pada musyawarah guru bimbingan dan konseling Mts kota banjar masin*, Jurnal Al-Ikhlas. Vol 2 No 1, oktober 2016. ISSN: 2461-0992

Lauster, *Tes kepribadian* (ahli bahasa) : H.D Gulo, Edisi Bahasa indonesia, Cetak Ke XIII (Jakarta : Bumi Aksar, 2002).

Lydia Ersta, Sekilas Tentang Rasa Percaya Diri Pada Remaja,, *jurnal ilmiah widya wacana*. Vol 8 nomer. 2 mei 2012. ISSN: 1907-5928, tersedia di :

Maharani Laila, Mansur Muhammad , *Efektivitas Konseling Puisi Sebagai Media Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas Vii Smpn 24 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016*. Jurnal Bimbingan dan Konseling, p-ISSN 2089-9955, e-ISSN 2355-8539.

Maharani Laila, Ningsih Tika, *layanan konseling kelompok teknik asertive training dalam menangani konsep diri negatif pada peserta didik*. Jurnal Bimbingan Konseling . p-ISSN 2089-9955, e-ISSN 2355-8539.

Masya Hardiansyah, Rohyan, *penggunaan Konseling Kelompok dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VII Smp wiyata karya natar kabupaten lampung selatan*. Jurnal Bimbingan Konseling. Vol 3, No 2 (2016). p-ISSN 2089-9955, e-ISSN 2355-8539.

Muslihah, Pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap meningkatkan rasa percaya diri siswa, *Jurnal Ilmu pendidikan bimbingan dan konseling*. Vol. 2 No 1, Oktober 2014.

Narsina Nur Fahmi, Layanan konseling kelompok dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa smk negeri 1 depok sleman, *jurnal hisbah*, vol. 13, no. 1 desember 2016.

Prayitno dan Erman Amti, 2009. *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Padang: Universitas Negeri Padang.

Prayitno, *dasar-dasar bimbingan dan konseling* (jakarta : pt rineka cifta, 2004).

Rahayuningdyah Endang, *upaya meningkatkan kepercayaan diri melalui layanan konseling kelompok pada siswa kelas VIII D di Smp Negeri 3 Ngrambe*, Jurnal Bimbingan konseling. Vol 1 No 2. September 2016. ISSN: 2503-2542.

Rakhmat, *psikologi komunikasi* (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2000).

Richard Sheldrake, students' intention towards studying science at upper-secondary school: the differential effects of under-confidence and over-confidence, *international journal of science Education* (2016), ISSN: 0950-0693.

Rifda El fiah, Ice anggralisa, Efektivitas layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita untuk mengatasi kesulitan komunikasi interpersonal peserta didik kelas x man krui lampung barat t.p 2015/2016. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol 3, No 1 (2016). p-ISSN 2089-9955, e-ISSN 2355-8539,

Sinar Juliyana Putri, Pengaruh konseling kelompok dengan teknik assertive training terhadap percaya diri peserta didik kelas viii b di mts muhammadiyah sukarama bandar lampung tahun ajaran 2017/2018.

Siska, Sudardjo & Esti Hayu purnama ningsih, *kepercayaan diri dan kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa*, Jurnal Psikologi 2003, No. 2, 67-71, ISSN : 0215-8884.

Sri marjati, upaya meningkatkan rasa percaya diri melalui konseling kelompok bagi siswa x ips 6 sma 2 bae kudus tahun pelajaran 2014/2015. *jurnal konseling gujigat*. vol. 1 no. 2 tahun 2015 issn : 2460-118.

sugiyono, *metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r & d*, (bandung : alfabeta), 2015.

Tohirin, *bimbingan dan konseling sekolah dan madrasah*, (jakarta: pt rajagrafindo persada 2009) .

Lampiran-Lampiran



RENCANA SPELAKSANAAN LAYANAN

BIMBINGAN DAN KONSELING

1. Topik Permasalahan : Pengembangan Diri (siapa aku)
2. Bidang Bimbingan : Pribadi-Sosial
3. Jenis Layanan : Konseling kelompok
4. Fungsi Layanan : Pemahaman dan Pengembangan
5. Tujuan Layanan : agar siswa lebih memahami dirinya sendiri dan selalu bersyukur dengan apa yang di milikinya.
6. Sasaran Layanan/semester : Peserta didik SMP Negeri 19 Bandar Lampung, kelas VIII/ semester ganjil
7. Uraian Kegiatan :
 1. Kegiatan Pendahuluan
Membangun hubungan konseling ang melibatkan konseli (a working relationship) yaitu:
 - a. salam menanyakan kabar B. Menyampaikan materi, C. Tanya jawab
 2. Kegiatan Inti
 - a. berfikir: peserta didik mampu berfikir dan merasionalkan apa yang sudah disampaikan (baik materi maupun motivasi)
 - b. merasa: peserta didik mampu merasakan kenyamanan di sekolah
 - c. berbuat: peserta didik mampu betrtindak/ berekspresi karena kenyamanan dalam penyesuaian dirinya
 - d. tanggung jawab: peserta didik mampu bertanggung jawab terhadap tugas nya di sekolah
 3. Kegiatan Penutup
 - a. Konselor menjelaskan kembali isi materi secara singkat

- b. Konselor menanyakan kesan kepada siswa terkait dengan pemberian layanan yang baru diterima
- c. Memberikan motivasi/semangat
- d. Membuat perjanjian pertemuan berikutnya

8. Metode : Tanya jawab,dan Diskusi
9. Tempat Penyelenggaraan : Ruang kelas
10. Waktu Penyelenggaraan : 1x45 menit
11. Penyelenggara Layanan : Rohayani
12. Pihak-pihak yang dilibatkan: Guru Pembimbing, peserta didik
13. Alat dan Perlengkapan : LCD,Buku,Papan Tulis, Spidol
14. Catatan Khusus : -

Guru BK

Mahasiswa

Sugandi, S.Pd
NIP: 196201011985031038

Rohayani
NPM: 1411080254



RENCANA SPELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

1. Topik Permasalahan : berteman yang baik
2. Bidang Bimbingan : Pribadi-Sosial
3. Jenis Layanan : Konseling kelompok
4. Fungsi Layanan : Pemahaman dan Pengembangan
5. Tujuan Layanan : agar siswa dapat mengetahui bagaimana cara berteman yang baik dengan satu sama lainnya.
6. Sasaran Layanan/semester : Peserta didik SMP Negeri 19 Bandar Lampung, kelas VIII/ semester ganjil
7. Uraian Kegiatan :
 1. Kegiatan Pendahuluan
Membangun hubungan konseling yang melibatkan konseli (a working relationship) yaitu:
 - a. salam menanyakan kabar B. Menyampaikan materi, C. Tanya jawab
 2. Kegiatan Inti
 - a. berfikir: peserta didik mampu berfikir dan merasionalkan apa yang sudah disampaikan (baik materi maupun motivasi)
 - b. merasa: peserta didik mampu merasakan kenyamanan di sekolah
 - c. berbuat: peserta didik mampu bertindak/ berekspresi karena kenyamanan dalam penyesuaian dirinya

- d. tanggung jawab: peserta didik mampu bertanggung jawab terhadap tugas nya di sekolah

3. Kegiatan Penutup

- a. Konselor menjelaskan kembali isi materi secara singkat
- b. Konselor menanyakan kesan kepada siswa terkait dengan pemberian layanan yang baru diterima
- c. Memberikan motivasi/semangat
- d. Membuat perjanjian pertemuan berikutnya

- 8. Metode : Tanya jawab,dan Diskusi
- 9. Tempat Penyelenggaraan : Ruang kelas
- 10. Waktu Penyelenggaraan : 1x45 menit
- 11. Penyelenggara Layanan : Rohayani
- 12. Pihak-pihak yang dilibatkan : Guru Pembimbing, peserta didik
- 13. Alat dan Perlengkapan : LCD,Buku,Papan Tulis, Spidol
- 14. Catatan Khusus : -

Guru BK

Sugandi, S.Pd
NIP: 196201011985031038

Mahasiswa

Rohayani
NPM: 1411080254

RENCANA SPELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

1. Topik Permasalahan : kondisi diri
2. Bidang Bimbingan : Pribadi-Sosial
3. Jenis Layanan : Konseling kelompok
4. Fungsi Layanan : pemahaman
5. Tujuan Layanan : agar siswa mengetahui keadaan sekelilingnya.
6. Sasaran Layanan/semester : Peserta didik SMP Negeri 19 Bandar Lampung, kelas VIII/ semester ganjil
7. Uraian Kegiatan :
 1. Kegiatan Pendahuluan
Membangun hubungan konseling yang melibatkan konseli (a working relationship) yaitu:
 - a. salam menanyakan kabar
 - b. Menyampaikan materi,
 - c. Tanya jawab
 2. Kegiatan Inti
 - a. berfikir: peserta didik mampu berfikir dan merasionalkan apa yang sudah disampaikan (baik materi maupun motivasi)
 - b. merasa: peserta didik mampu merasakan kenyamanan di sekolah
 - c. berbuat: peserta didik mampu bertindak/ berekspresi karena kenyamanan dalam penyesuaian dirinya
 - d. tanggung jawab: peserta didik mampu bertanggung jawab terhadap tugasnya di sekolah

3. Kegiatan Penutup

- a. Konselor menjelaskan kembali isi materi secara singkat
- b. Konselor menanyakan kesan kepada siswa terkait dengan pemberian layanan yang baru diterima
- c. Memberikan motivasi/semangat
- d. Membuat perjanjian pertemuan berikutnya

8. Metode : Tanya jawab,dan Diskusi
9. Tempat Penyelenggaraan : Ruang kelas
10. Waktu Penyelenggaraan : 1x45 menit
11. Penyelenggara Layanan : Rohayani
12. Pihak-pihak yang dilibatkan: Guru Pembimbing, peserta didik
13. Alat dan Perlengkapan : LCD,Buku,Papan Tulis, Spidol
14. Catatan Khusus : -

Guru BK

Sugandi, S.Pd
NIP: 196201011985031038

Mahasiswa

Rohayani
NPM: 1411080254

Hasil Akhir Pretest dan Posttest

No	Pretest	Posttest
1	82	97
2	80	114
3	84	98
4	86	87
5	99	99
6	92	94
7	82	100
8	102	104
9	98	99
10	81	98
11	102	103
12	89	90
13	82	87
14	90	96
15	93	98
16	85	89
17	84	87
18	90	93
19	93	95
20	87	90
21	91	92
22	96	97
23	93	94
24	91	98
25	82	87
26	96	100
27	86	104
28	85	102
29	97	98
30	80	115

ANGKET PERCAYA DIRI

Nama Lengkap :
Kelas :
Jenis Kelamin : P / L
No Absen :
Anak ke- :

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan-pernyataan. Pernyataan tersebut akan membantu untuk mengenali perasaan sebagaimana melihat diri sendiri.

Bacalah setiap pernyataan dengan seksama, lalu pilihlah salah satu dari kelima alternatif jawaban yang tersedia yang dirasakan paling sesuai dengan gambaran diri sendiri.

Jawaban diberikan dengan memberi tanda ceklis (✓) pada jawaban yang di pilih. Mohon agar tidak melewatkan satu pernyataan dan jawablah dengan jawaban yang sesungguhnya.

Petunjuk pemberian jawaban

1. Berilah tanda silang pada:

- a. Sangat setuju
- b. setuju
- c. ragu-ragu
- d. tidak setuju
- e. sangat tidak setuju

No	Pernyataan	Sangat setuju	Setuju	Ragu-ragu	Tidak setuju	Sangat tidak setuju
1	Saya selalu bersikap tenang dalam mengerjakan sesuatu					
2	Pada saat mengerjakan soal ulangan saya yakin jika jawaban yang saya kerjakan benar					
3	Saya akan mengerjakan tugas tugas dari guru apa bila teman teman saya sudah mengerjakan terlebih dahulu					
4	Saya yakin bahwa tidak ada kata terlambat jika ada kemauan untuk belajar					
5	Saya membiasakan diri untuk bijaksana dan terbuka dalam menghadapi masalah					
6	Saya merasa tampil berani ketika mengemukakan pendapat di hadapan teman-teman sekelas dan mengerjakan jawaban dari guru					
7	Jika kesulitan dalam mengerjakan sesuatu saya berusaha semaksimal mungkin menyelesaikannya					
8	Saya tetap berjuang meskipun nilai pelajaran tidak memuaskan					
9	Saya malas memberikan ide ide yang baik dalam suatu tugas diskusi sekalipun saya sebagai anggota					
10	Saya sering mengerjakan PR di sekolah karena tidak yakin mengerjakan di rumah					
11	Saya malas mempelajari yang tidak ada hubungannya dengan bakat saya					
12	Saya tidak berani mengambil resiko dari tindakan yang saya perbuat					
13	Saya mampu bergaul dengan lingkungan di sekitar					
14	Saya senang di tunjuk guru menjelaskan kembali materi yang sesuai dengan di pahami					
15	Saya senang bila di suruh guru berbicara di depan kelas					

16	Saya kurang percaya diri dengan hasil atau tugas sekolah yang saya kerjakan					
17	Saya terima dan hanya diam apa bila ada teman yang mencela nilai dan tugas saya					
18	Saya mudah cemas ketika akan mempresentasikan tugas di hadapan guru dan teman teman, karena saya merasa ragu dengan kemampuan saya					
19	Saya yakin dapat menentukan bakat yang saya miliki					
20	Saya dapat mengendalikan kecemasan ketika di suruh berbicara di depan kelas					
21	Saya bila menahan kemarahan ketika teman berlaku kasar					
22	Saya merasa memiliki kelebihan yang bisa di kembangkan dalam kegiatan belajar saya					
23	Saya senang ketika ada teman yang memuji prestasi saya, karena itu menjadi motivasi saya untuk terus meningkatkan belajar					
24	Dengan penuh percaya diri, saya mampu menyelesaikan tugas-tugas sekolah dengan baik					
25	Saya tetap berjuang meskipun nilai pelajaran tidak memuaskan					
26	Jika saya dapat presentasi, saya akan memamerkan kepada teman teman saya.					